

Piia Jutila

Keinoja nuorten päihteiden käytön vähentämiseen

Tutkimuksen kohteena lapualaisten nuorten mielipiteet

Opinnäytetyö

Kevät 2011

Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Sosiaalialan koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Koulutusohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Piia Jutila

Työn nimi: Keinoja nuorten päihteiden käytön vähentämiseen: Tutkimuksen kohteena lapualaisten nuorten mielipiteet

Ohjaaja: Arja Hemminki

Vuosi: 2011

Sivumäärä: 69

Liitteiden lukumäärä: 1

Opinnäytetyöni käsittelee nuorten päihteiden käyttöä ja sen ehkäisyä. Tavoitteenani oli selvittää, miten lapualaiset nuoret uskovat ikäistensä päihteiden käytön vähentyvän. Halusin lisäksi selvittää, miten vapaa-ajan toiminta vaikuttaa nuoren päihteiden käyttöön, ja tarjoaako Lapuan kaupunki nuorille tarpeeksi toimintaa. Viimeisenä tavoitteenani oli selvittää median vaikutus nuoren päihteiden käyttöön.

Tutkimus osoitti Lapuan tarjoavan paljon harrastusmahdollisuuksia ottaen huomioon kaupungin pienuuden. Vaikka harrastukset vaikuttavat osaltaan myös nuorten päihteiden käyttöön, käytti lapualaisista nuorista alkoholia vähintään kerran kuukaudessa huolestuttavan paljon nuoria. Sosiaaliset syyt, kuten ystäväpiiri, vaikuttavatkin olevan suurin syy nuorten päihteiden käyttöön, vaikka nuoret eivät itse näitä tekijöitä omalla kohdallaan tunnista. Ehkäisevää päihdetyötä Lapualla tekevien työntekijöiden tulisikin keskittyä sosiaalisiin päihteiden käytön syihin enemmän.

Päihteiden ongelmakäyttöä ennakoivia riskitekijöitä on runsaasti. Näitä ovat muun muassa vanhempien ja ystävien suhtautuminen päihteisiin, päihteiden saatavuuden helppous, oppimisvaikeudet, ongelmakäyttäytyminen sekä mielialahäiriöt. Mainonnalla on hieman vaikutusta nuorten päihdekäyttäytymiseen, mutta medialla ei suurta vaikutusta asiaan ole.

Avainsanat: Nuoret, päihteet, vapaa-aika

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work
Degree programme: Degree programme of Social Work
Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Piia Jutila

Title of thesis: Ways to decrease the youth's intoxicant abuse: research is directed to opinions of the young people in Lapua

Supervisor(s): Arja Hemminki

Year: 2011 Number of pages: 69 Number of appendices: 1

My thesis discusses the intoxicant abuse of the young people and ways to prevent it. My goal was to find out which ways the young people in Lapua believes they can decrease their intoxicant abuse. I also wanted to find out in which ways free time activity impacts the youth's intoxicant use and if the city of Lapua offers enough activity for the young people. My last goal was to discuss if the media affects the youth's intoxicant abuse.

The research indicates that Lapua offers plenty of opportunities to be engaged in a hobby considering the small size of the city. Though hobbies impact the youth's intoxicant abuse, alarming amount of the young people in Lapua consumed alcohol at least once a month. Social reasons as the circle of friends seem to be a major reason for young people to abuse intoxicant though they don't recognize the reasons in their own life. Preventive intoxicant work team in Lapua should concentrate more on the social reasons in intoxicant abuse.

There are plenty of factors which predict intoxicant abuse such as parents' and friends' attitude towards intoxicant, easy availability of intoxicant, learning disabilities, behavior problems and mental disorders. Advertising has an impact on the young people's intoxicant abuse but the media doesn't have a huge effect on that issue.

Keywords: Youth, intoxicant, free time

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA.....	8
2.1 Fyysinen kehitys	8
2.2 Kognitiivinen kehitys	9
2.3 Persoonallisuuden kehitys	10
2.4 Sosiaalinen kehitys	11
3 PÄIHTEET.....	12
3.1 Päihteidenkäytön haitat.....	12
3.2 Päihteiden käytön yleisyys nuorten keskuudessa	17
3.3. Päihteidenkäytön ehkäisystrategiat.....	18
3.3.1 Yleiset ehkäisystrategiat	19
3.3.2 Valikoivat ehkäisystrategiat	21
3.3.3 Kohdennetut ehkäisystrategiat	22
4 VAPAA-AIKA OSANA NUORUUTTA	23
4.1 Vapaa-ajan määritelmä.....	23
4.2 Vapaa-ajanviettotavat nuoren kehitystä tukemassa.....	24
5 MEDIAN VAIKUTUS NUOREN ELÄMÄÄN	26
6 LAPUA NUORTEN NÄKÖKULMASTA.....	28
6.1 Paikkakuntatietoa Lapuasta	28
6.2 Vapaa-ajanviettomahdollisuuksia Lapualla	28
6.3 Lapuan kaupunki osana nuoren kehitystä.....	29
7 TUTKIMUS.....	30
7.1 Tutkimuksen taustaa.....	30
7.2 Tutkimuksen tulokset	31
7.2.1 Päihteiden käyttö.....	32
7.2.2 Päihteiden käytön ehkäisy.....	38

7.2.3 Keskusteluapu.....	39
7.2.4 Vapaa-aika	40
7.2.5 Nuorten vapaat loppusanat	44
7.3 Validiteetti	45
7.4 Reliabiliteetti	46
8 YHTEENVETO.....	48
9 POHDINTA.....	53
LÄHTEET	57
LIITTEET	63

1 JOHDANTO

Nuorten päihteidenkäyttö on jo jonkin aikaa ollut suuri huolenaihe, joka nostetaan esiin ajoittain. Vuonna 2009 15–19-vuotiaista kahdeksan prosenttia kertoo käyttävänsä alkoholia kerran tai pari kertaa viikossa ja jopa 54 prosenttia pari kertaa kuukaudessa, kun jo 11–12-vuotiaista alkoholia käyttää vähintään muutaman kerran vuodessa jopa viisi prosenttia (Myllyniemi 2009, 69–71). Luvut ovat huolestuttavia, ja on selvää, että nuorten päihteidenkäyttöön on puututtava. Se on paitsi laitonta, myös erittäin epäterveellistä nuoren kehitykselle. Päihdehuolto koskettaa koko yhteiskuntaa. Tämä näkyy muun muassa verorahojen suuntaamisessa päihdehaittojen ehkäisyyn ja jälkihoitoon.

Opinnäytetyöni taustalla on kiinnostus päihdeongelmien ehkäisemiseen sekä nuoriin. Nuoret ovat tulevaisuus, ja heidän hyvinvoinnistaan riippuu koko yhteiskunnan hyvinvointi. Olen monien muiden tapaan huolestunut nuorten päihteiden käytöstä, joka ilmenee eri tavoin. Alkoholin käytön rinnalle ovat tulleet huumeiden sekä lääkkeiden väärinkäyttö. Käsittelenkin opinnäytetyössäni juuri näitä asioita päihteisiin liittyen. Vaikka tupakka on myös päihde, en työssäni huomioi sitä lainkaan. Myös tupakointi on vaarallista, mutta joudun rajaamaan sen pois, sillä opinnäytetyöstäni tulisi muuten liian laaja.

Olen vahvasti sitä mieltä, että nuoret ovat oman elämänsä asiantuntijoita, ja heillä on tietoa myös ikäistensä päihteiden käytön vähenemiseen liittyen. Siksi tein tutkimuksen nuorille koskien heidän vapaa-ajan viettomahdollisuuksiaan, päihteiden käyttöönsä ja muita asioihin liittyviä tekijöitä. Kohdistin tutkimuksen Lapuan yläasteen yhdeksäsluokkalaisille. Olen itse kiinnostunut eniten Lapuan tilanteesta, sillä se on kotipaikkakuntani ja itselleni näin myös maamme tutuin kaupunki. Yhdeksäsluokkalaiset valitsin kohderyhmäkseni, sillä he ovat juuri sellaisessa elämänvaiheessa, jolloin tapahtuu paljon muutoksia lähitulevaisuudessa uuden koulun, työpaikan tai kenties jopa omilleen muuton vuoksi. Muunlaiset muutokset, kuten

uusiin ihmisiin tutustuminen ja kenties ystäväpiirin täydellinen muuttuminen, saatavat ilmaantua nuoren elämään.

Tutkimusmenetelmäksi valitsin nuorten kohdalla webropol-työkalulla täytettävän kyselyn, joka edustaa pääosin määrällistä tutkimusta. Se sisälsi kuitenkin myös muutamia avoimia kysymyksiä, ja näin ollen tutkimus on osittain laadullinen. Tutkimukseen vastasi 75 nuorta eli lähes puolet Lapuan yläasteen yhdeksäsluokkalaisista. Haastattelin tutkimusta varten Lapuan yläasteen koulukuraattoria sekä Lapuan kaupungin nuorisotoimenjohtajaa saadakseni ammatillista aikuisnäkökulmaa tutkittavaan aiheeseen.

2 NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA

Nuoruudessa tapahtuu paljon muutoksia. Tässä opinnäytetyöni osiossa tarkastelen nuoruutta ja sen tuomia muutoksia. Olen jakanut muutokset neljään osaan: fyysiseen kehitykseen, kognitiiviseen kehitykseen, persoonallisuuden kehitykseen sekä sosiaaliseen kehitykseen. Vaikka nämä muutokset voidaan jakaa neljään osa-alueeseen, ihminen toimii kokonaisuutena, jossa nämä osa-alueet kohtaavat ja osin myös lomittuvat. Näin eri kehitysmuutokset vaikuttavat myös toisiinsa.

2.1 Fyysinen kehitys

Varhaisnuoruudessa tapahtuu merkittäviä fyysisiä muutoksia. Tätä aikakautta kutsutaan murrosiäksi, ja sen katsotaan alkavan noin yhdentoista vuoden iässä. Murrosiässä nuori kasvaa pituutta nopeasti, ja hormonaalinen kehitys tuo muutoksia hänen elämäänsä. Tyttöillä alkavat kuukautiset, sukupuolielimet kehittyvät, rinnat kasvavat, lantio saa naisellisia muotoja pyöristyessään ja paino nousee. Pojilla tulee äänenmurros, parrankasvu alkaa muun ihokarvoituksen lisääntyessä, kivekset ja penis kehittyvät sekä siemensyöksyt alkavat. Lisäksi sekä tytöillä että pojilla alkavat kainalo- ja häpykarvan kasvu, hieneritys lisääntyy ja isoa osaa nuorista saattaa vaivata akne. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 166–168.)

Fyysinen kehitys vaikuttaa luonnollisesti myös nuoren minäkuvaan. Ulkonäön ollessa tärkeä, nuori voi arvioida itseään hyvinkin kriittisesti, eikä näin ole välttämättä lainkaan tyytyväinen ulkonäköönsä. Tämän seurauksena nuoren itsetunto heikenee, ja hänen psyykkinen hyvinvointinsa huononee. Itseensä tyytymättömällä nuorella on suurempi todennäköisyys sairastua masennukseen tai syömishäiriöön. (Anttila ym. 2005, 128–130.)

2.2 Kognitiivinen kehitys

Kognitiivisella kehityksellä tarkoitetaan ihmisen tapaa ajatella ja käsitellä tietoa. Tämä pitää sisällään myös muistiin ja kielellisiin taitoihin liittyvän kehityksen sekä muun oppimisen. Kuuluisin kognitiivisen kehityksen teoria on Jean Piaget'n teoria, jonka mukaan 12–16-vuotiaat elävät formaalisten operaatioiden kautta. Tämä tarkoittaa, että varhaisnuoret oppivat ajattelemaan konkreettisen ajattelun lisäksi myös abstraktisti. Piaget'n mukaan nuori alkaa myös tehdä oletuksia ja vertailla niiden eroavaisuuksia keskenään. (Saarniaho 2005.)

Kognitiivinen kehitys on suuri osa nuoruutta, joten sitä olisi syytä tarkastella myös lähemmin. Varhaisnuori pystyy jo ajattelemaan epäitsekääsi, mutta ympäristön tuomat paineet voivat johtaa itsekkääseen ajatteluun. Nuori uskoo olevansa ainutlaatuinen joko hyvässä tai pahassa. Hän voi siis uskoa olevansa kaikkien muiden vihaama tai rakastama. Pienikin huomautus saattaa saada hänet ajattelemaan olevansa tällainen ”ääritapaus”, sillä hän uskoo olevansa aina huomion keskipisteenä. Varhaisnuori kokee ulkonäkönsä todella tärkeäksi, ja lisäksi hän uskoo olevansa haavoittumaton. Erityisesti varhaisnuoruudessa nuoret myös usein näkevät asiat mustavalkoisesti kahtena ääripäänä. Vähitellen nuoren ajattelu kuitenkin muuttuu aikuisemmaksi, ja hän kykenee huomioimaan erilaisia tekijöitä ja tilanteita. (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 107–108.)

Vilkko-Riihelän ja Laineen (2005,111) mukaan maailmankuva koostuu ihmisen muistamista kokemuksista, ja sen muodostuminen on elinikäinen kokemusten muokkaama prosessi. Maailmankuvaan sisältyvät arvot, moraali, uskomukset ja käsitykset sekä kaikki yksilön tärkeäksi kokema (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 111). Nuoruudessa ihminen alkaa pohtia tarkemmin maailmankuvaansa ja arvojaan, jotka eivät välttämättä kohtaa vanhempien arvojen kanssa synnyttäen nuoressa kapinaa tai jopa etäisyyttä vanhempia kohtaan (Ajattelun ja moraalin kehitys [viitattu 4.1.2011]). Nuoren arvoihin voivat vanhempien lisäksi vaikuttaa esimerkiksi ystävät ja muut nuoren yhteisöt sekä media (Ajattelun ja moraalin kehitys [viitat-

tu 4.1.2011]). Vilkkio-Riihelän ja Laineen (2005, 109) mukaan nuoret ovat kuitenkin yhteisöllisesti sitoutuneita, joten nuorten arvot vaihtelevat sen mukaan, missä ryhmässä he kulloinkin ovat. Vuonna 2010 16–21-vuotiaille nuorille tehty ”Mitä välii?”-tutkimus paljastaa yli puolten nuorista olevan epävarmoja siitä, äänestävätkö he vuoden 2011 vaaleissa (Thuneberg 14.12.2010). Thunebergin (14.12.2010) mukaan nuoria kiinnostavia poliittisia aiheita ovat opintotuen määrä, maahanmuutto sekä seksuaalivähemmistöjen oikeudet.

2.3 Persoonallisuuden kehitys

Varhaisnuoruudessa nuori alkaa henkisesti itsenäistyä ja kehittyä omaksi yksilöksi tunteineen, mielipiteineen, mieltymyksineen ja asenteineen. Joillain nuorilla saattaa esiintyä kapinointia ja riitelyä erityisesti hänen vanhempiansa kanssa. Nuori usein yrittääkin viestittää heille ulkonäöllään ja käytöksellään olevansa oma erillinen yksilönsä eikä kopio vanhemmistaan. Hän alkaa kokeilla erilaisia harrastuksia, muoti- ja hiustyyliä sekä kaikkea muuta persoonansa esiin tuomiseksi ja identiteettinsä löytämiseksi. (Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys, [viitattu 25.8.2010].)

Vilkkio-Riihelän & Laineen (2005, 117) mukaan nuoren identiteetin kuuluu eheytyä, sillä ilman tätä prosessia nuoren roolit ovat epäselvät, eikä hän löydä paikkaansa yhteiskunnassa. Tämä puolestaan ilmenee usein päämäärättömyytenä, normien rikkomisena ja sitoutumiskyvyttömyytenä. Nuoren ollessa tällaisessa elämäntilanteessa on hänen huomattavasti vaikeampaa löytää itselleen sopivaa ammattia. Hänen on todennäköisempää myös alkaa käyttää päihteitä ja tehdä rikoksia. (Vilkkio-Riihelä & Laine 2005, 117.)

Seksuaalinen kehitys on iso osa nuoruutta, mutta on huomattava, että se on läsnä ihmisen elämässä koko hänen elämänsä ajan, aina syntymästä lähtien. Nuoruudessa ihmisen vartalo muuttuu radikaalisti saaden joko miehen tai naisen muodon. Kehityksen määrä ja nopeus ovat yksilöllisiä. Seksuaalisuuteen liittyvät asiat alkavat kovasti kiinnostaa nuorta, ja hänen puheestaan se on myös kuultavissa. Hän alkaa pohtia omaa seksuaalista identiteettiään, ja kiinnostus vastakkaista suku-

puolta kohtaan lisääntyy. Joskus sama sukupuoli voi tuntua kiinnostavammalta. Nuori alkaa harjoittaa itsetyydytystä, vaikka häntä voi kalvaa epäluulo itsetyydytyksen normaaliudesta. Tosiasiassa hänen tietonsa seksistä voivat olla hyvinkin vähäiset. Nuori ei vielä osaa yhdistää rakkautta ja hellyyttä seksiin. Käsitys seksuaalisuudesta muuttuu ehyemmäksi ja sosiaalisemmaksi kehityksen myötä. Nuori alkaa kokea ihastumisia ja seurustelusuhteita. Ensimmäiset seurustelusuhteet ovat tavallisesti lyhyitä, ja niiden alkamisesta sekä päättymisestä sovitaan osapuolten kesken. Toisena osapuolena on usein joku oman kaveriporukan turvallisuutta jäsenistä. Näissä ensimmäisissä seurusteluissa nuori opettelee tunnistamaan toisen tunteita ja näyttämään omia tunteitaan. Hän oppii myös kunnioittamaan toista ja sietämään pettymyksiä. (Seksuaalinen kehitys, [viitattu 13.9.2010].)

2.4 Sosiaalinen kehitys

Nuoren sosiaalinen kehitys vaikuttaa voimakkaasti suhteeseen vanhempien kanssa. Vanhemmat alkavat tuntua tavallisilta erehtyväisiltä ihmisiltä, jotka eivät ymmärrä nuorta. Tästä syystä myös ristiriitoja esiintyy. Nuori voi kokea vanhempansa vanhanaikaisina. Ennen kaikkea vanhempien asettamat rajoitukset, kuten kotiintuloajat, voivat tuntua nuoresta epärealistisilta. Kaikesta huolimatta nuori kaipaa itsekin vanhempia lähetyvilleen. Heidän tulisi olla saatavilla, vaikka nuori haluaisikin viettää aikaansa itsenäisesti ilman aikuisten valvontaa. Nuoret haluavat usein olla omissa oloissaan. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009, 86–87.)

Nuoruusiässä suhteet ystäviin ovat todella tärkeitä. Nuoret viihtyvät keskenään isoissa porukoissa, vaikka erityisesti tytöille kahdenkeskisistä suhteista tulee suuri voimavara läheisyyden kaipuuseen. Pojille puolestaan suuren kaveriporukan yhteinen toiminta on tärkeää. Ystävyys-suhteet opettavat nuorille sekä toisten huomioimista ja ihmissuhdetaitoja, mutta myös pettymyksistä selviytymistä. Nuorilla on keskenään silloin tällöin riitoja, vaikka tyttöjen kohdalla riidat ovat yleisempiä. Tyttöjen riitoihin kuuluu usein selän takana pahaa puhumista ja kaveriporukasta pois-sulkemista, ja tyttöjen riidat satuttavatkin osapuoliaan enemmän kuin poikien riidoissa. Yksinäisyys puolestaan satuttaa nuorta ja voi aiheuttaa hänelle alemmuudentunnetta ikäisiinsä verrattuna. (Kaverisuhteet [viitattu 4.1.2011].)

3 PÄIHTEET

Päihteet ovat yleisnimitys hyvinkin erilaisille päihdyttävillä aineilla. Näitä aineita ovat lääkkeet, tupakka, alkoholi, impattavat aineet (liuottimet), kannabistuotteet, gamma (GHB), khat, kokaiini, sienet, ekstaasi (MDMA), LSD, amfetamiini sekä heroini ja opiaatit (Tietopankki, [viitattu 30.8.2010]). Päihteidenkäyttötavoissa, niiden vaarallisuudessa ja laillisuudessa on paljon eroja. Huumausaineet ovat kuitenkin laittomia, ja niiden valmistus, kuljettaminen, jakaminen, hallussapito ja käyttäminen ovat lainvastaista (L 30.5.2008/373).

Ihmiselle voi kehittyä riippuvuus moniin asioihin. Jopa rakkautta voidaan kuvailla riippuvuudeksi. On kuitenkin eri asia verrata rakkautta alkoholiriippuvuuteen, porno- tai seksiriippuvuuteen tai esimerkiksi itsensä pakonomaiseen viiltelyyn. On kuitenkin todella huolestuttavaa, että kymmenet nuoret joutuvat sairaalaan alkoholimyrkytyksen takia joka vuosi. Usein sairaalahoitoa tarvitsevat nuoret kuitenkin nukkuvat humalatilansa pois myrkytysvaarasta huolimatta. Nuoret ovat erityisen alttiita riippuvuuksille. (Sinkkonen 2010, 208–211.)

Päihteistä, niin laillisista kuin laittomista, on terveydelle paljon haittaa. Seuraavassa kappaleessa (3.1) kerron lyhyesti päihteidenkäytön haitoista. Päihteiden käytön yleisyydestä kerron kappaleessa 3.2. Kappaleessa 3.3. pohdin erilaisia päihteidenkäytön ehkäisytapoja. Tätä haluan pohtia erityisesti nuorten kannalta.

3.1 Päihteidenkäytön haitat

Kaikki päihteet ovat vaarallisia. Itse pidän alkoholia ja tupakkaa erityisen vaarallisenä, koska ne ovat laillisia päihteitä, joten niitä on helppo saada, eikä niiden käyttöä paheksuta kuten huumausaineiden. Niiden käyttöä ei säännöstellä, vaikka valvontaan onkin kiinnitetty huomiota paljon. Nuorille alkoholin käyttö on erityisen haitallista, sillä nuorena aloitettu käyttö altistaa aikuisiän päihdeongelmille (Fröjd, Kal-

tiala-Heino, Ranta, Von der Pahlen & Marttunen 2009, 19). Alle 18-vuotiaalle ei alkoholia saa myydä (L. 8.12.1994/1143). Alkoholilaki (L. 8.12.1994/1143) kieltää alkoholin myymisen myös henkilölle, jonka on syytä olettaa luovuttavan ostamansa alkoholin alaikäiselle.

Alkoholi aiheuttaa yksioissa paljon erilaisia haittoja. Haitat kuitenkin ilmenevät lähinnä humalahakuisessa, runsaassa alkoholinkäytössä sekä pitkäaikaisesti käytettynä. Runsas alkoholinkäyttö voi aiheuttaa tapaturmia, pelkotiloja, masennusta, toimintakyvyn heikkenemistä kätevyuden, älykkyyden ja lihasvoiman suhteen, vatsan alueen sairauksia sekä hermotauteja. Lisäksi alkoholi kohottaa verenpainetta ja voikin johtaa jopa aivoverenvuotoa seuranneeseen halvaukseen. Rajusta humalasta saattaa olla seurauksena vaarallisia sydämen rytmihäiriöitä. Alkoholin pitkäaikaiskäyttö puolestaan voi aiheuttaa muun muassa maksakirroosia, haimatulehdusta, aivosurkastumaa, hermorappeumaa sekä nielun, kurkunpään, suun, ruokatorven ja mahan syöpää. Vaikka alkoholia on lukuisia haittavaikutuksia, voi sen kohtuukäytännöllä olla positiivisia vaikutuksia. Kohtuukäyttö vähentää sepelvaltimotautiin ja diabetekseen sairastumisen riskiä. Se myös vähentää vanhuuden tylsistymisen vaaraa. (Poikolainen 2009.)

Alkoholin liiallinen käyttäminen aiheuttaa fyysisten ja psyykkisten haittojen lisäksi myös sosiaalisia haittoja. Näitä voivat olla esimerkiksi ongelmat töissä, ihmissuhdeongelmat ja julkisilla paikoilla häiriköinti. Suomessa useimmissa väkivaltarikoksissa rikoksen tekijä on päihtynyt, vaikka väkivallan uhrikaan ei yleensä ole selvin päin. Erityisesti henkirikoksissa päihteiden käyttö on yleistä. Voidaan sanoa, että sosiaalisten haittojen todennäköisyys suurenee alkoholin käytön suuretessa. (Alkoholin käyttö [Viitattu 21.10.2010].)

Alkoholin käytöstä puhuttaessa on muistettava, että se on erityisen vaarallista lapsille. Pienikin määrä alkoholia vähentää lasten verensokeripitoisuutta huomattavasti ja voi johtaa tajuttomuuteen tai pahimmillaan kuolemaan. Lapsen lisäksi myös nuori humaltuu aikuista helpommin. Nuorelle alkoholin aiheuttamat aivomuutokset ovat useimmiten pieniä ja palautuvia. Ne ovat silti vaarallisia ja vaikeuttavat nuoren elämää tuoden mukanaan ongelmia oppimisessa ja myöhemmässä elämässä. Alkoholi häiritsee nuoren aivojen kehittymistä ja aiheuttaa helposti riippu-

vuotta. Alaikäisen alkoholinkäyttö onkin erityisen vaarallista. (Kiiänmaa, Hyytiä & Partonen 2007, 8–10.)

Sivulla 17 olevasta taulukosta (taulukko 1) käy ilmi huumeiden vaikutuksia ja niiden käytön pahimmat riskit. Kannabiksen käyttö on herättänyt keskustelua jo vuosia, ja Suomessa toimiva Suomen kannabisyhdistys haluaakin kannabiksen lailliseksi. Yhdistys on kuitenkin myöntänyt kannabiksen olevan vaarallista alaikäisen nuoren kehitykselle ja koulumenestykselle, joita yhdistys pitää tärkeänä (Kannabiksen käytön terveydelliset ja psyykkiset vaikutukset 2010). Voidaan päätellä yhdistyksen rinnastavan kannabiksen käyttöä alkoholin käyttöön, sillä niiden käyttö tunnustetaan nuorelle olevan haitallista, vaikka kannabiksen laillistamista kannatetaan. Laitilankin (Ei julkaisuaikaa) näkemyksen mukaan cannabis aiheuttaa persoonallisuusmuutoksia, passivoitumista ja psykoosia sekä vaikuttaa mielenterveydellisten sairauksien puhkeamiseen ja hidastaa henkistä kehitystä. Muita haittavaikutuksia ovat esimerkiksi lyhytkestoisen muistin heikkeneminen, ärsytyskynnyksen madaltuminen ja vuorovaikutuksen vaikeutuminen (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 74). Lappalainen-Lehdon, Romun ja Taskisen (2007, 74) mukaan kannabiksen käytön jälkeen psyykkinen toimintakyky voi palautua vasta useiden kuukausien jälkeen. Suomen kannabisyhdistys myöntää kertaluonteisen liikakäytön tuovan ongelmia, mutta haluaa korostaa sitä, että skitsofrenia on vähentynyt ajanjaksona, jolloin nuorten aikuisten kannabiksen käyttö on lisääntynyt (Kannabiksen käytön terveydelliset ja psyykkiset vaikutukset 2010). Tutkimukset kuitenkin osoittavat kannabiksen käytön lisäävän riskiä skitsofreniaan sairastumiseen (Kannabis 8.4.2010).

Lukuun ottamatta cannabisia ei huumeita haluta tai edes voida laillistaa niiden vakavien riskien takia. Kuten taulukosta (taulukko 1) käy ilmi, eivät huumeet opiaatteja lukuun ottamatta aiheuta selkeää fyysistä riippuvuutta. Fyysinen riippuvuus aiheuttaa selkeitä vieroitusoireita, joita ovat hermostuneisuus, vapina, pahoinvointi ja kouristukset (Kun puhut huumeidenkäytöstä 17.2.2006). Riippuvuus voi olla myös henkistä, jolloin ihminen kokee huumeiden olevan välttämättömiä hänen hyvinvointinsa kannalta tai sosiaalista, jolloin ihminen on riippuvainen huumeiden tuomasta sosiaalisesta verkostosta (Huumeriippuvuus 2006). Henkisen riippuvuuden vakavuutta ei pidä väheksyä.

Huumeet voivat aiheuttaa käyttäjässään vahvaa rentoutumista tai piristymistä aineesta, sen käyttömäärästä ja käyttäjästä riippuen. Huumeet-taulukkoa (Taulukko 1) katsoessa vaikutukset eivät välttämättä herätä kaikissa käyttäjissä tai muissaakaan ihmisissä huolta. Nämä vaikutukset voivat tuntua jopa hauskoilta ja mielenkiintoisilta kokea. Pahimmat riskit kuitenkin kertovat muuta. Riskeihin tutustuessa niiden vakavuus ilmenee uudella tavalla. Huumeiden käyttäjät voivat tuntea riskit hyvin, mutta eivät välttämättä usko niiden tapahtuvan omalle kohdalle tai he vähättelevät niitä. Ihmisillä on taipumus epäillä asioiden todenmukaisuutta todisteiden ollessa epäselviä ja hataria. Riippuvuus voi lisäksi olla niin voimakas, ettei riskit tiedostava pysty pääsemään aineista eroon helposti. Riskit ovat kuitenkin hengenvaarallisia. Käyttäjä voi ajautua miedommasta huumeesta vahvempaan esimerkiksi vain siitä syystä, että miedompaa ei ole saatavilla. Huumeita käyttävän ihmisen huumeidensietokyky myös kasvaa, joten päihtymiseen tarvitaan yhä suurempia huumeannoksia (Kuka jää koukkuun? [viitattu 4.1.2011]). Kaiken lisäksi jatkuvasti ilmestyy lisää vaarallisia huumaavia aineita, niin kutsuttuja desinghuumeita, jotka luokitellaan lain mukaan lääkkeiksi todella hitaan huumeeksi luokittelemisprosessin vuoksi (Muut päättävät, mikä on Suomessa huume 2009).

Taulukko 1: Huumeet (Laitila)

Aine	Vaikutuksia	Pahimmat riskit
Kannabis	Puheliaisuus/hilpeys tai syrjäänvetäytymisen/	Psykoosi, passivoituminen ja persoonallisuusmuutokset. Lisää riskiä mielenterveydellisiin sairauksiin (erityisesti skitsofrenia) ja hidastaa henkistä kehitystä.
Amfetamiini ja sen johdannaiset	Euforia, vahva elämän hallinnan tunne, kiihottumistila, unettomuus, ruokahaluttomuus, pelkotilat, psykoottisuus, masennus ja tuskatilat.	Aivoverenvuoto, sydäninfarkti ja jälkimasennustiloissa itsemurhat.
Ekstaasi	Katso kohta amfetamiini + sosiaalisuuden kasvaminen, mielialavaihtelut ja aistiharhat. Ns. bailaushuume.	Amfetamiinin vaikutusten lisäksi lämpöhalvaus, nestehukka ja verenvuototauti. Hengenvaarallinen masennuslääkkeiden kanssa.
Khat	Muistuttaa amfetamiinin vaikutuksia ja aiheuttaa lisäksi maanisuuksia ja aistiharhoja.	Psykoosit, jälkimasennus ja ruoansulatuselinten alueen tulehdukset.
Kokaiini	Katso kohta amfetamiini. Sen ja sen tyyppisten aineiden vaikutusten lisäksi seksuaaliset toimintahäiriöt ja tuntoaistin heikkentyminen.	Amfetamiinin ja sen johdannaisten riskien lisäksi hengityksen salpaantuminen. Sydänpysähdysten riski on ilmeinen.
LSD	Kaikkivoipaisuuden tunne, hilpeys/masennus, aistiharhat, minäkäsitteen häiriöt, minän jakautuminen, paniikki- ja pelkotilat.	"Matka voi jäädä päälle", herkkyyks tapaturmille, psykoottisuus, kaikkivoipaisuuden ja harhojen aiheuttamat kuolemat sekä itsemurhat.
Sienet	Hyvänolontunne, hallusinaatiot, huimaus, paniikkireaktiot, pelkotilat ja sekavuus.	Sienet voi sekoittaa hengenvaarallisiin myrkkysieniin, vaikuttavan aineen määrää on vaikea arvioida. Maksa- ja munuaisvauriot.
Lääkkeet	Päihtymys, huolettomuus, rentoutuminen, välinpitämättömyys, pelkotilat, sekavuus, ahdistuneisuus, lamaantuminen ja unihäiriöt.	Vaikea ja pitkä vieroitus, lääkkeiden arvaamattomuus, sekäkäytössä yhteisvaikutukset ja myrkytyskuolemat.
Opiaatit, heroini	Vahva euforia, tunteettomuus, omiin oloihin vetäytyminen sekä piittaamattomuus itsestä ja muista. Fyysiset vieroitusoireet hyvin voimakkaita.	Hengityslama. Opiaattien kanssa keskushermostoa lamaavat aineet (jotkut lääkkeet, alkoholi) aiheuttavat aina hengenvaaran.
Gamma	Myrkytyksen oireita. Sekavuus ja vahva humala. Aineen määrästä riippuen uneliaisuus, mielihyvä tai tajuttomuus.	Sydän- ja verenkiertojärjestelmän pettäminen. Kooma.
Impattavat aineet	Päihtymys, kaikkivoipaisuuden tunne, sekavuus, aistiharhat, kaksoiskuvat, muistikatkot, kiihtyneisyys, pahoinvointi.	Hengityskeskuksen lamaantuminen, rytmihäiriöt, sydänpysähdys, keuhkovauriot, elimelliset aivovauriot ja kurkunpään krampit.
Muut aineet, mausteet, yrtit, jotkin lääkevalmisteet, korvikkeet jne.	Päihtymys, sekavuus ja arvaamattomuus.	Monen vaikutukset tutkimatta, joten näiden käyttö voi sisältää arvaamattomia riskejä. Sekäkäytössä yhteisvaikutukset voivat johtaa vaaratilanteisiin.

3.2 Päihteiden käytön yleisyys nuorten keskuudessa

Vuosina 2008–2009 tehty valtakunnallinen kouluterveyskysely kertoo kahdeksannen ja yhdeksännen luokan oppilaiden päihteiden käytön vähentyneen. 2000-luvun alussa noin joka neljäs kyseisestä ikäluokasta joi itsensä tosi humalaan vähintään kerran kuukaudessa, kun vuosikymmenen lopulla vastaava lukumäärä oli 17 prosenttia. Vuosituhannen alussa noin kymmenen prosenttia nuorista oli kokeillut laittomia huumeita vähintään kerran. 2009-vuonna vastaava luku oli kuusi prosenttia. Otosryhmään kuuluvien oppilaiden päihdetietoisuus oli kasvanut jonkin verran. Lukion ensimmäisen ja toisen vuosikurssin oppilaiden päihdetietoisuus oli kasvanut selkeästi. Silti joka kymmenes väitti omaavansa huonot tiedot päihteistä. Lukiolaisista joka neljäs kertoi juovansa itsensä tosi humalaan vähintään kerran kuukaudessa. Luku oli hieman kasvanut 2000-luvun alusta, mutta puolestaan vähentynyt vuoden 2005 tienoilta. Tästä ikäryhmästä yksitoista prosenttia väitti vähintään kokeilleensa jotakin laitonta huumausainetta. 2000-luvun alussa vastaava luku oli noin neljä prosenttia suurempi. Otos yläluokkalaisten kohdalla oli vuosittain noin 80 000 ja lukiolaisten kohdalla 40 000. (Peruskoulun yläluokkalaisten ja lukio-
laisten 5.1.2010, 5–10.)

Vuonna 2009 tehdyn kouluterveyskyselyn mukaan Etelä-Pohjanmaan kahdeksas ja yhdeksäsluokkalaiset juovat itsensä humalaan useammin kuin muut suomalaiset nuoret Satakunnan nuoria lukuun ottamatta. Lähes 20 prosenttia Etelä-Pohjanmaan yläluokkalaisista kertoi olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Päihdetietous oli kuitenkin keskimääräistä parempaa kyseisellä alueella. (Maakuntien väliset erot peruskoulun 28.8.2009, 21–27.)

Huumeiden käytön yleisyyttä koskevaa tutkimusta on vaikea suorittaa, sillä ongelmakäyttäjiä on vaikea tavoittaa tai he ovat haluttomia vastaamaan kyselyihin. Osa tutkimukseen osallistuneista saattaa myös vääristellä totuutta kauniimmaksi kuin se todellisuudessa on. Samankaltaisena eri vuosina toteutettu huumeekysely kuitenkin antaa hyvän käsityksen huumeiden käytön yleisyydestä. Viimeisimmät julkaistut tulokset ovat vuodelta 2006. Vastausprosentti on kuitenkin pienentynyt 1998 vuoden 71 prosentista 2006 vuoden 55 prosenttiin. (Hakkarainen & Metso 2007, 2.)

Kyselyn tulokset kertovat 19 prosentin 15–24-vuotiaista nuorista kokeilleen kannabiksen käyttöä, mikä on kuusi prosenttiyksikköä vähemmän kuin vuonna 2002. Viimeisen kuukauden aikana kuitenkin vain neljä prosenttia nuorista kertoi kokeilleensa kannabista. Kyseistä huumetta olivat lähes kaikki huumeiden ongelmakäyttäjät käyttäneet viimeisen kuukauden aikana. Nuorilla naisilla käyttö näyttää jääneen kokeiluasteelle, mutta miehistä noin joka kolmas jatkaa käyttöä. Amfetamiinia kertoi käyttävänsä kaksi prosenttia 15–69-vuotiasta. Eniten amfetamiinia käyttivät yli 25-vuotiaat nuoret miehet sekä alle 25-vuotiaat naiset. Seuraavaksi yleisimpiä huumausaineita olivat kokaiini, LSD ja sienet. Käyttäjia oli väestössä yksi prosentti. 0,4 prosenttia vastanneista kertoi vähintään kokeilleensa gamman (GHB) tai lakan (GBL) käyttöä. Heroiinin käyttäjiä oli väestössä saman verran. Muita opiaatteja kertoi käyttävänsä 0,6 prosenttia. Lääkkeiden väärinkäyttäjia tutkimus paljasti väestössä olevan noin seitsemän prosenttia. Liuottimia oli käyttänyt kolme prosenttia vastanneista. (Hakkarainen & Metso 2007, 4–6.)

3.3. Päihteidenkäytön ehkäisystrategiat

Päihteiden käytön ehkäisy on todella tärkeää, sillä ehkäisemällä päihdehaittoja voidaan vaikuttaa korjaavaan työhön sitä vähentäen. Sosiaalialalla korjaava työ on yhteiskunnalle paljon kalliimpaa kuin ehkäisevä työ puhumattakaan yksilölle koituvista haitoista. Ehkäisevälle päihdetyölle nykypäivänä tuo oman haasteensa internet, josta on mahdollista jopa tilata huumeita. Internet tarjoaa myös ohjeita huumeiden käyttöön ja valmistamiseen. Internetin keskustelupalstoilla voi käydä helposti anonyymiä keskustelua kaikenlaisista päihteistä. Anonyymi, kasvoton verkkokeskustelu mahdollistaa lisäksi väärän tiedon levittämisen.

Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vaikuttamaan moniin eri asioihin. Päihteitä ja niiden käytön oikeuksia koskevat tiedot on syytä päivittää. Myös asenteisiin pyritään vaikuttamaan ehkäisevällä päihdetyöllä. Sen tavoitteena on saada ihmiset tunnistamaan päihdehaittojen riskitekijöitä sekä näiltä suojaavia tekijöitä. Ehkäisevän työn yhtenä päämääränä on vaikuttaa päihteiden käyttötapoihin, saatavuuteen ja haittojen ehkäisyyn. (Ehkäisevä päihdetyö 13.8.2008.)

Nuorten päihteiden käyttöä vähentävät erityisesti päihteiden ostamiselle asetetut ikärajat. Mainonnalla pystytään vaikuttamaan nuorten tekemisiin myös päihteiden käytössä. Siksi mainontaa onkin hyvä rajoittaa. Nuorten päihteiden käyttöön on vähentävä vaikutus myös päihteiden hinnalla. Alkoholin hinnan korotuksella on ollut yhteys nuorten kulutuksen vähenemiseen. (Niemelä 2009, 55–56.)

Nuorten päihteiden käyttöön on puututtava varhaisessa vaiheessa, sillä aikaisin aloitettu päihteiden käyttö ennakoi päihdeongelmia aikuisiällä (Fröjd, Kaltiala-Heino, Ranta, Von der Pahlen & Marttunen 2009, 19). Päihdetyössä on muistettava, että moralisointi, syyllistäminen ja leimaaminen eivät tuota tulosta riippumatta kohderyhmästä (Pylkkänen, Viitanen & Vuohelainen 2009, 3). Nuorta päihdeongelmilta suojaavia tekijöitä ovat suoraan tai välillisesti päihdekäyttöä vähentävät psykososiaaliset tekijät, kuten raittiit ystävät ja hyvä koulumenestys (Niemelä 2009, 50). Niemelän (2009, 50) mukaan nuoren elämän ympäristötekijät, kuten vanhempien ja ystävien suhtautuminen päihteisiin sekä päihteiden saatavuuden helppous, yhdessä perimän kanssa lisäävät nuoren riskikäyttäytymistä. Riskikäyttäytymiseen sisältyvät päihteiden ongelmakäytön lisäksi rikollisuus ja seksuaalinen riskikäyttäytyminen (Niemelä 2009, 53).

Niemelän (2009, 55) mukaan päihdeongelmien ehkäisyssä on otettava huomioon kohteen yksilölliset piirteet, kuten kohderyhmän ikä. Lisäksi päihteiden käyttöön vaikuttavat tekijät on huomioitava samanaikaisesti. Päihteiden käyttö tapahtuu eri tasoilla, ja nämä on kaikki otettava huomioon. Ongelman ennaltaehkäisy voidaan jakaa kolmeen osaan: yleisiin ehkäisystrategioihin, valikoiviin ehkäisystrategioihin ja kohdennettuihin ehkäisystrategioihin. (Niemelä 2009, 55.)

3.3.1 Yleiset ehkäisystrategiat

Yleiset valistusmenetelmät voidaan jakaa kolmeen eri malliin: informatiiviseen, yksilöllisten puutteiden sekä sosiaalisten paineiden malliin (Hippi 2007, 33). Hipin (2007, 33–34) mukaan informatiivinen malli kertoo faktatietoa päihteistä, yksilöllisten puutteiden malli opettaa nuorille, etteivät he tarvitse alkoholia ja sosiaalisten paineiden malli opettaa nuoria kieltäytymään päihteistä huolimatta mahdollisesta

painostuksesta. Yleisten ehkäisystrategioiden haasteena on tavoittaa juuri ne nuoret, jotka eniten tarvitsevat päihteiden käytön ehkäisyä (Pylkkänen, Viitanen & Vuohelainen 2009, 17). Valistuksen tulisi aktivoida kuuntelijat saavuttaen merkityksen sekä yhteiskunnallisella että yksilökohtaisella tasolla (Päihdetiedon lukutaito 10.10.2006).

Perinteisen ryhmille kohdistetun informatiivisen päihdevalistuksen tehoa ei voida päihteiden käytön kannalta kehua parhaaksi keinoksi, mutta valistus antaa nuorille runsaasti informaatiota. Kouluissa paremmin toimivat erilaisten taitojen oppimista painottavat ehkäisystrategiat. Tällainen voi olla esimerkiksi Life Skills Training (LST). Sen tarkoituksena on päihdetietouden lisäksi parantaa sosiaalisia taitoja, jotta nuoret oppisivat kieltäytymään päihteistä ja päihteetöntä vuorovaikutusta. LST sisältää valmennusta, rooliharjoituksia, palautteen antoa sekä kotitehtäviä ja muita koulun ulkopuolella tehtäviä harjoituksia. (Niemelä 2009, 56.)

Suomessa tunnettu päihde-ehkäisymenetelmä on päihdeputki, jolla on oikein toutettuna hyvä vaikutus. Putki koostuu useista eri prosesseista. Ensimmäisenä nuoren on saatava valmistautua aiheen käsittelyyn, jonka jälkeen itse putki suoritetaan. Lopuksi tulisi keskustelun avulla purkaa kokemus, ja miettiä putken merkitystä, opetusta ja sen herättämiä tunteita. Eräs hyvä prosessimainen ehkäisevän päihdetyön menetelmä on Ainemaatio-kilpailu. Kilpailussa nuoret saavat pohtia omia käsityksiään päihteistä ja tehdä päihde-aiheisen animaation. Vaiheita tässä kilpailussa ovat animaation teko, kilpailuun osallistuminen ja muiden nuorten töihin tutustuminen sekä niistä äänestäminen. Näin nuoret alkavat ajatella päihteiden käyttöä eri näkökulmista ja saavat myös itse palautetta töistään. (Miettinen 11.1.2010).

Parhaiten Niemelän (2009, 56–57) mukaan toimivat perheen huomioon ottavat ehkäisystrategiat. Tehokkaimmaksi on todettu Strengthening the Families Programme –ohjelma (SFP). Se perustuu kerran viikossa koulussa järjestetyille tapaamisille, joihin kokoontuvat vanhemmat tai lapset. Osaan tapaamisista tulevat sekä vanhemmat että lapset. Vanhempien tapaamisissa keskitytään vanhemmuuteen liittyviin asioihin, jotta heille tulisi paremmin tutuksi vuorovaikutustaidot, rajojen asettaminen ja huolenpito. Lasten tapaamisissa kannustetaan toteuttamaan omia

tavoitteitaan, harrastamaan ja kieltäytymään päihteistä eri keinoin ystävien painostuksesta huolimatta. Yhteistapaamisissa puolestaan pyritään parantamaan perheen sisäistä vuorovaikutusta sekä lisäämään yhteenkuuluvuuden tunnetta. Myös ainoastaan vanhempia koskeva Örebro-malli on ollut toimiva. Tämä tarkoittaa sitä, että vanhempienilloissa vanhemmat ovat luvanneet sitoutua sopimukseen, jonka mukaan he määrittävät lapsille kotiintuloajat ja kieltävät päihteet täysin – jopa kokeilun. (Niemelä 2009, 56–57.)

Päihteiden käytön ehkäisyssä tulisi tavoitteiden olla selkeät ja niiden tulisi huomioida tarkasti nuoren vertaisryhmien osuus. Kanadassa on tutkittu tarkkaan päihdevalistuksen yhteyttä nuoren päihteiden käyttöön. Nämä tutkimukset osoittavat valistuksesta olevan hyötyä, ja sen tulisi alkaa jo lastentarhaiässä jatkuen aina viimeisiin kouluvuosiin saakka. Valistus tulisi sisällyttää opetusohjelmiin, ja sen tulisi tapahtua erilaisten ohjelmien avulla huomioiden kohderyhmän ominaisuudet. (Hippi 2007, 34–35.)

3.3.2 Valikoivat ehkäisystrategiat

Valikoivat ehkäisystrategiat kohdistuvat riskiryhmiin. Tällaisia ryhmiä voivat olla esimerkiksi syrjäytymisuhassa olevat nuoret tai nuoret, joiden vähintään yhdellä perheenjäsenellä on päihdeongelma. Valikoivien ehkäisystrategioiden vaikuttavuudesta on vasta vähän tutkimustietoa, mutta strategiasta lieenee kuitenkin hyötyä. Erään Yhdysvalloissa kehitetyn mallin todettiin olevan hyvä eronneille äideille sekä heidän 15–19-vuotiaille lapsilleen. Mallissa äidit kävivät yksitoista kertaa terapeutin ohjaamassa ryhmätapaamisessa ja kaksi kertaa yksilötapaamisessa. Tapaamisten tavoitteena oli vähentää äidin ja isän riitelyä, kannustaa nuorta tapamaan myös isäänsä, neuvoa kurinpitoon liittyvissä ongelmissa sekä parantaa äidin ja nuoren välejä. Nuoret osallistuivat mallissa yhteentoista ryhmätapaamiseen. Näidenkin tapaamisten tavoitteena oli parantaa nuoren ja hänen äitinsä välejä, mutta myös parantaa ongelmanratkaisukykyä ja negatiivisten tunteiden käsittelyä. Mallin on arveltu sopivan moniongelmaisille nuorille. (Niemelä 2009, 58–59.)

3.3.3 Kohdennetut ehkäisystrategiat

Niemelän (2009, 59) mukaan kohdennetut ehkäisystrategiat eroavat valikoivista siten, että kohteena ovat yksilöt, eivät ryhmät. Tämä edellyttää tietenkin seulontaa. Nuoren päihteiden käytön todennäköisyyttä lisäävät varhainen ja kauan kestänyt ongelmakäyttäytyminen ja huonot perheolosuhteet, kuten perheessä esiintyvä päihteiden käyttö sekä perheenjäsenten tai ystävien päihteiden käyttöä suosivat asenteet (Ideoita koulujen ja oppilaitosten 19.8.2010, 4). Muita riskitekijöitä ovat kapinointi, huono koulumenestys, kielteinen asenne koulua kohtaan, aikaisin aloitettu päihteiden kokeilu, mielialahäiriöt, päihteiden käyttöön altistavat geenit sekä psykofyysinen herkkyys päihteiden vaikutuksille (Ideoita koulujen ja oppilaitosten 19.8.2010, 5).

Lyhytinterventiot ovat tutkituin tapa puuttua nuoren päihteiden käyttöön. Ne ovatkin osoittautuneet hyväksi tavaksi. Lyhytinterventio voi pitää sisällään vain yhden keskustelun tai pidempiaikaista kerran viikossa tapahtuvaa keskustelua. Keskustelut koostuvat motivoivasta haastattelusta ja kognitiivis-behavioraalisista menetelmistä. Myös lyhytinterventiossa on huomioitava nuoren muut mahdolliset ongelmat, kuten psyykkiset tai sosiaaliset ongelmat. Lyhytinterventiot ovatkin vähentäneet päihteiden käytön lisäksi myös muita ongelmia, jotka liittyvät päihteiden käytön ilmenemiseen. (Niemelä 59–60.)

4 VAPAA-AIKA OSANA NUORUUTTA

Vapaa-aika on sana, joka tuo yleensä mieleen positiivisia mielikuvia. Vapaa-aika voi kuitenkin olla sekä positiivista että negatiivista. Esimerkiksi huumeiden käyttöä voidaan pitää joidenkin ihmisten vapaa-aikaan kuuluvana, vaikka se on erittäin haitallista. Huumeita käyttävä voi pitää sitä mukavana ja nautintoa tuovana, ja ajattelee käyttönsä olevan positiivista. Toisaalta esimerkiksi pianonsoitto voi puolestaan olla positiiviseksi koettua, terveyttä haittaamatonta vapaa-ajan toimintaa. Naapuri voi kuitenkin kokea asuntoonsa kuuluvan pianonsoiton erittäin epämiellyttävänä. Usein vapaa-ajaksi luokitellaan aika, jolloin ei olla töissä. Ihmisellä on kuitenkin paljon velvollisuuksia työnteon lisäksi, eikä näitä velvollisuuksia yleensä mielletä vapaa-ajaksi. Lisäksi jokaisella on omat mielipiteensä esimerkiksi siitä, onko nukkuminen vapaa-aikaa. Koska näkemyksiä on monia, selvitän erilaisia tunnettuja vapaa-ajan määritelmiä tarkemmin osiossa 4.1. Nuoren elämässä vapaa-aika on todella isossa roolissa, ja haluanakin tuoda ilmi vapaa-ajan vaikutuksia nuoren elämään osiossa 4.2.

4.1 Vapaa-ajan määritelmä

Vapaa-aika ei ole käsitteenä niin yksinkertainen kuin voisi ensi kuulemalta luulla. Kaplan (1975) on määrittänyt vapaa-ajaksi ajan, joka on miellyttävää sekä ennakokäsityksissä että muistoissa. Sen on myös oltava itseohjautuvaa toimintaa, joka sijoittuu taloudellisesti vapaaseen aikaan. Vapaa-ajan on lisäksi tarjottava mahdollisuuksia yksilölliseen kasvuun, virkistykseen ja muiden positiiviseen huomiointiin. Sen on sisällettävä vastuuta ja intensiteettiä. Kaplan on myös sitä mieltä, että vaikka vapaa-ajan toiminnan tulee olla itse valittua, on huomioitava mahdolliset esteet toiminnalle, kuten toiminnan paikallinen puuttuminen, taloudelliset ongelmat, sosiaaliset ongelmat (kuten muiden perheenjäsenien mielipiteet ja lasten hoi-

tomahdollisuuksien puuttuminen) sekä omat puutteet toiminnan tiedostamisesta. Oma tahto ei täten yksinään riitä kuvaamaan vapaa-ajan toimintaa, vaan itse toimintaa täytyy myös olla. (Best 2010, 4.)

Stebbins (1982, 1997) jakaa vapaa-ajan vakavaan ja rentoon vapaa-aikaan. Hänen mukaansa vakavan vapaa-ajan on sisällettävä pitkäjänteisyyttä, vaivannäkemistä, uranäkökulmaa, yksilöllistä etua, toimintaan samaistumista sekä toiminnallista ilmapiiriä. Vakavasta vapaa-ajasta puhuessa ovat keskeisessä asemassa ihmisen omat käsitykset itsestään. Stebbinsin mukaan rentoon vapaa-aikaan kuuluvat pelit, viihde (aktiivinen ja passiivinen), rentoutuminen, sosiaalinen keskustelu sekä aistien stimulointi. (Best 2010, 5–8.)

Vapaa-ajan toiminnan katsotaan olevan terapeutista. Usein toiminnan syynä onkin stressin lieventäminen. Toisaalta vapaa-ajan toiminta voi olla myös pahaksi terveydelle. Joidenkin sosiaalisuutta vähentävien toimintojen, kuten jatkuvan yksinään television katselemisen, nähdään olevan yhteydessä mielenterveydellisiin sairauksiin. Ihmisillä on kuitenkin taipumus tehdä asioita, jotka tuottavat mielihyvää, ja hän välttää tuskaa tuottavia asioita. Veenhoven (2003) on tehnyt tutkimuksen hedonismien ja onnellisuuden yhteyksistä. Jopa päihteiden osalta tutkimustulokset näyttivät siltä, ettei hedonismi johda onnettomaan elämään. Esimerkiksi tupakasta puhuttaessa tulokset kertovat, ettei runsaasti polttava ole onnellisempi tai onnettomampi kuin kohtuullisesti polttava. Kuitenkin ajan kuluessa runsaasti poltavilla oli taipumusta onnettomampaan elämään. Tutkimuksessa käy ilmi, että psykotrooppisia huumeita käyttävät ihmiset ovat onnettomampia kuin huumeita käyttämättömät. (Best 2010, 12–14.)

4.2 Vapaa-ajanviettotavat nuoren kehitystä tukemassa

Vapaa-ajanviettotavat ovat tärkeä osa nuoren identiteetin kehitystä. Nuori valitsee harrastuksensa omien kiinnostuksen kohteidensa mukaan. Harrastusten valintaan vaikuttavat myös nuoren sosiaaliset suhteet. Nämä harrastuksen vaikuttavat nuoren koko elämään: nuoren koulutukseen, uraan, hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Tutkimukset osoittavat, että nuoret, jotka harrastavat paljon, saavuttavat sosiaalis-

ta, kulttuurista ja identiteettiä tukevaa pääomaa. Tämä pääoma tukee nuoren kehitystä ja auttaa selviytymään aikuistumisessa. Nuoret ovat itsekkin huomanneet vapaa-ajanviettopojen vaikuttavan elämäänsä paljon, ja he pitävätkin vapaa-aikaa tärkeänä. (Helve 2008.)

Nuoren vapaa-ajantoiminnan tulisi olla nuorelle itselleen mielekästä, mutta nuoren tulisi kokea toiminta myös tärkeäksi. Harrastukset lisäävät nuoren osallisuuden tunnetta, mistä on etua nuoren sosiaalisuuden ja itsetunnon kehittymiselle. Osallistumalla yhteen tai useampaan harrastukseen, nuori kokee itsensä hyödylliseksi ja arvokkaaksi sekä mielipiteensä arvostetuiksi. Osallistuminen lisää nuoren tietoutta yhteiskunnallisista asioista, ja hän kokee voivansa itse vaikuttaa ympärillään oleviin asioihin. (Melin [Viitattu 25.10.2010].)

5 MEDIAN VAIKUTUS NUOREN ELÄMÄÄN

Media on jollain tapaa mukana meidän jokapäiväisessä elämässämme. Useat meistä lukevat päivittäin lehteä, katsovat televisiota, kuuntelevat radiota, käyttävät hyväkseen sosiaalista mediaa tai muita internetin mediakanavia. Vuonna 2007 suomalaiset käyttivätkin seitsemän tuntia 41 minuuttia erilaisten viestintäkanavien parissa päivittäin (Uimonen 2009, 55). Voidaan siis sanoa medially olevan hyvin paljon vaikutusta meihin ainakin jollain tasolla. Mediaa on jopa syytetty kuoleman-tuottamuksista, kuuluisampana prinsessa Dianan kuolema. Koska nuori on altis vaikutteille, voi mediakin varmasti vaikuttaa nuoreen (ja muihin ihmisiin) paljon. Televisiossa näytettävää ja tietokonepeleissä esiintyvää väkivaltaviihdettä syytetään usein nuorten huonosta käyttäytymisestä. Iltapäivälehdet kertovat meille suomalaisten ja ulkomaalaisten nuorten ihannoimien julkisuuden henkilöiden päihdekäyttäytymisestä. Internetissä voi keskustella nimettömänä päihteistä. Mikäli nämä keskustelut sisältävät tositarinoita, voivat ne olla rajuja, mutta hauskoja ja viihdyttäviä, vaikka tarinan kokemukset olisivat negatiivisia. Näin ollen päihteiden käyttämisestä tehdään hauskaa, ja riskit sivutetaan. Vain positiivisia asioita korostetaan. Tässä kappaleessa haluan keskittyä siihen, miten media todellisuudessa nuoren elämään vaikuttaa.

Nykypäivän lapsia kutsutaan millenniaalisukupolveksi. Sillä tarkoitetaan mediataitoista sukupolvea, joka on syntynyt teknologisoituneeseen maailmaan. Millenniaalit ymmärtävät internetin tärkeyden paremmin kuin aikaisempi sukupolvi. He ymmärtävät, että internet voi tuoda myös kuuluisuutta esimerkiksi erilaisten blogien avulla. Millenniaalit osaavat käyttää internetin erilaisia keskustelupalstoja ja muuta mediaan liittyviä sivustoja sujuvasti. Yli puolet nuorista on tehnyt internetissä myös jotain laiton, kuten ladannut laittomasti musiikkia. (Lasten ja nuorten mediamaa- ilma pähkinäkuoressa 2008, 5-6.)

Suomi sai vuonna 2005 huomautuksen YK:n Lapsen oikeuksien komitealta, sillä mediassa olevan lapsia vahingoittavan materiaalin valvonta ei ollut riittävää. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että elokuvien ja pelien ikärajoja ei ollut noudatettu tietämättömyyden tai muiden syiden vuoksi. Elokuvat voivat kuitenkin aiheuttaa nuorella painajaisia, lyhytaikaisia pelkotiloja ja ahdistuneisuutta. Pelko voi jäädä myös pitkäaikaiseksi ja haitata lapsen jokapäiväistä elämää koulunkäynnistä harrastuksiin ja nukkumiseen. Pahimmillaan se voi synnyttää psyykkisiä tai fyysisiä sairauksia pitkään kestäessään. Lisäksi pitkäaikaisina seurauksina voivat olla väkivaltaan turtuminen ja jopa maailmankuvan vääristyminen. (Elfving 2010.)

Media tuo tutkitusti tullessaan riskejä nuoren kehitykselle. Vakavampia riskejä ovat nuorille soveltumattomat sisällöt, erityisesti väkivalta, seksi ja porno. Ylikorostunut seksuaalisuus tuo nuorelle valtavia paineita ja voi aiheuttaa identiteetti-ongelmia. Internet mahdollistaa myös lapsipornon leviämisen sekä voi yhtenä tekijänä aiheuttaa nuorelle netti- tai peliriippuvuuden. Vaikka nämä riskit ovat todella vakavia, on muistettava myös median tuomat lukemattomat positiiviset vaikutukset. (Salokoski, Mustonen & Kotilainen 2009.)

6 LAPUA NUORTEN NÄKÖKULMASTA

6.1 Paikkakuntatietoa Lapuasta

Lapua on Etelä-Pohjanmaalla sijaitseva vuonna 1977 kaupungiksi julistettu kunta. Asukkaita vuonna 2009 Lapualla oli 14 326. Asukasluku näyttäisi olevan suuremman päin, vaikka eniten asukkaita kaupungissa on ollut vuonna 1990 (14 579). Vuonna 2009 valmistui 190 uutta rakennusta, ja rakennuslupia myönnettiin 200. Samana vuonna Lapuan peruskoulussa oli 1709 oppilasta. Ala-asteita Lapualla on 14, yläasteita yksi. (Tilastotietoja Lapuan kaupungista 2010 2010, 2–8.)

6.2 Vapaa-ajanviettomahdollisuuksia Lapualla

Lapua tarjoaa asukkailleen erilaisia kulttuuri- ja vapaa-ajan palveluita. Kulttuurikeskus Vanha Paukku tunnetaan kaupunginkirjastosta, kansalaisopistosta, musiikkiopistosta, elokuvateatterista, teatteri Lapuasta, pajakappelista, Lapuan Taidemuseosta, TaitoPaukusta, taidenäyttelytila Patruunagalleriasta, Pyhälahden Valokuvaamomuseosta, Pohjanmaan Valokuvakeskuksesta, Lapuan Patruunatehtaan museosta ja Lapuanliikkeen museosta. Lapualla on lisäksi Jokilaakson Matkailupuutarha, jossa on yli 600 kasvilajia ja kotieläinpiha. Toinen Lapualla sijaitseva puutarha on nimeltään Perinnekasvipuisto, joka koostuu ns. isoäidin pihapiirin nimikylteillä varustetuista kasveista. (Tilastotietoja Lapuan kaupungista 2010 2010, 13–14.)

Lapuan kaupungin tarjoaa luonnollisesti myös urheilumahdollisuuksia. Virkistysuimala Sateenkaarella on viisi erilaista allasta ja kaksi saunaa, joiden lisäksi on mahdollista vuokrata tilausauna. Sateenkaaren yhteydessä toimiva Urheilutalo mahdollistaa ison salin käytön erilaisiin toimintoihin. Lisäksi urheilutalolla ovat painosali, squashkenttä, sulkapallokenttä ja kuntosali. Ulkoilmaurheiluun kaupunki on

varannut kaksi tenniskenttää, pesäpallostadionin ja keskusurheilunkentän. Urheilutalon kupeessa toimii jäähalli. Simpsiön ulkoilualue ja rinnehihtokeskus sisältävät viisi laskettelurinnettä, koulurinteen, pulkkamäen, paipin, hyppymäen, näkötorin, jalkapallokentän, merkityn luontopolun, valaistuja murtomaalatuja ja pururatoja sekä hiihtomajan avantoineen ja saunoineen. Lapualla on myös uimarantoja, tanssilavoja, kalastusmahdollisuuksia, keilahalli, kesäteatteri, nuorisotalo ja liikennepuisto. (Tilastotietoja Lapuan kaupungista 2010 2010, 14–15.)

Lapuan kuuluisimmassa urheiluseurassa Lapuan Virkiässä voi pelata useita erilaisia pallopelejä, harrastaa uintia, yleisurheilua, suunnistusta, painia, hiihtoa, slalomia ja kuntourheilua (Jaostot 2010 [Viitattu 26.10.2010]). Lisäksi Lapualla toimii useita muita harrasteyhdistyksiä, jotka tarjoavat esimerkiksi tanssia, itsepuolustusta ja taidelajeja. Lapualla onkin kaupungin kokoon nähden paljon harrastusvaihtoehtoja. Lähikunnat, erityisesti Seinäjoki, tuovat oman lisänsä harrastusmahdollisuuksiin.

6.3 Lapuan kaupunki osana nuoren kehitystä

Lapua mainostaa itseään koko perheen kaupunkina. Luonnollisesti nuoret ovat osa perhettä, joten kaupunki väittää huomioivansa myös nuoret. Tätä seikkaa puoltavat lukuisat harrastukset ja hyvät koulutusmahdollisuudet. Lapuan yläasteella toimii koulukuraattori, jonka työ on keskittynyt yläasteen oppilaisiin, mutta hän toimii kuraattorina myös alemmalle asteelle. Hänen kanssaan nuori voi vapaasti ja luottamuksellisesti keskustella mieltä painavista asioista. Nuorilla on yläasteella tarpeen mukaan käytössään myös kouluterveydenhoitaja ja koulupsykologi. Jokaisella luokalla on lisäksi oma luokanvalvojansa. Muiden kodin ulkopuolisten aikuisten tukea nuori voi saada muun muassa seurakunnista ja kaupungin nuorisotoimista.

7 TUTKIMUS

Tein tutkimuksen selvittääkseni lapualaisten nuorten mielipiteitä päihteiden käytön vähenemiseen liittyen. Pääongelmani oli selvittää miten nuoret itse uskovat ikäluokkansa päihteiden käytön vähenemiseen. Muita tutkimusongelmiani oli se, miten vapaa-aika vaikuttaa nuorten päihteiden käyttöön erityisesti Lapualla. Halusin vastauksen myös siihen, onko medially vaikutusta nuorten päihteiden käyttöön. Otokseksi valitsin lapualaisia yhdeksäsluokkalaisia, sillä he ovat iässä, jolloin tapahtuu suuria muutoksia elämässä yläasteen loppuessa ja uuden, mahdollisesti itsenäisen elämän alkaessa. Tässä kappaleessa kerron enemmän tutkimuksen taustasta ja tuloksista.

7.1 Tutkimuksen taustaa

Nuorten kasvaa päihteiden käyttö ja sen seuraukset ovat huolestuttaneet väestöä jo kauan. Myös itse olen huolissani nuorten päihdekäyttäytymisestä. On kuitenkin todettava, että kaikki nuoret eivät käytä päihteitä, eivätkä ole edes kokeilleet. Osalla ovat päihteet jääneet kokeiluasteelle, eikä päihteiden suurkuluttajia ole nuorissa paljon. Silti jokainen suurkuluttaja on liikaa. Nuoren ollessa kyseessä ei päihteiden käyttö ole ikinä hyväksyttävää, vaikka erilaiset kokeilut ovatkin ikäluokalle tyypillisiä.

Tutkimuksen halusin suorittaa kotikaupungissani Lapualla, sillä tiedän kyseisen kaupungin asioista enemmän kuin muiden kaupunkien. Halusin tutkimuksessani tuoda ilmi paikallisia ongelmallisia ja kiitettäviä asioita. Tarkoitukseni oli huomioida nuoren elämää koulun tarjoaman avun, vapaa-ajanviettomahdollisuuksien ja muiden pienempien tekijöiden kautta. Kaikki tämä liittyi jollain tapaa nuorten päihteiden käyttöön. Huomioin tutkimuksessani erityisesti Lapuan tilanteen haastattelun Lapuan yläasteen koulukuraattoria sekä Lapuan nuorisotoimen nuorisotyöntekijää.

kijää. Lisäksi otin huomioon kaupungissa tapahtuvia uudistuksia sekä harrastusmahdollisuuksia.

Tutkimukseen osallistui 75 nuorta, joista tyttöjä oli 31, ja poikia 44. Otos koostui useammasta koululuokasta, jotka valittiin satunnaisesti. Mukana oli sekä maaseudulla että keskustassa asuvia 15–16-vuotiaita nuoria. Nuoret täyttivät tutkimuksen internetissä webropol-työkalua hyväksikäyttäen. Tutkimus suoritettiin oppi- tai välitunnilla. Jokaiselle tutkimukseen osallistuvalla luokalla varattiin aikaa noin puoli tuntia, vaikka käytännössä ryhmällä kesti tutkimuksen täyttö noin 15 minuuttia. Nuoret täyttivät kyselyn itse henkilökohtaisesti ja nimettömästi. He saivat vastata kysymyksiin rauhassa. Toimin itse valvojana, ja yleensä nuorten tuntiopettaja oli mukana paikalla valvomassa tilaisuutta.

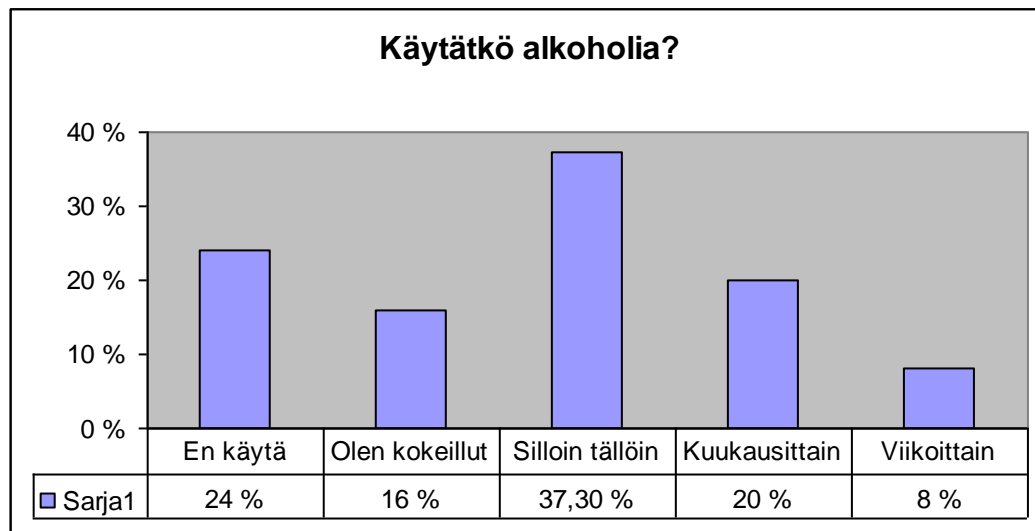
Koin tarpeelliseksi haastatella myös Lapuan yläasteen koulukuraattoria, sillä uskoin hänellä olevan tietoa koululaisten hyvinvoinnista, erityisesti päihteidenkäytön ja vapaa-ajan osalta. Uskoin koulukuraattorilla olevan tietoa myös koulun päihdevalistuksesta ja nuoren kokonaisvaltaisesta huomioinnista. Halusin haastatella lisäksi Lapuan kaupungin nuorisotyönjohtajaa, jolla on pitkäaikaista kokemusta nuorisotyöstä. Taustalla oli ajatus paitsi saada tietoa nuorten vapaa-ajasta, myös päihteiden käyttöä ehkäisevästä työstä sekä nuorten ajatusmaailmasta.

7.2 Tutkimuksen tulokset

Tutkimus tuotti paljon tietoa. Koska kysymyksiä oli paljon, 27 kappaletta, olen päättänyt jakaa tulosten kerronnan viiteen osaan: päihteiden käyttöön, päihteiden käytön ehkäisyyn, keskusteluapuun, vapaa-aikaan sekä nuorten vapaaseen loppusanomaan, jossa heillä oli mahdollisuus kertoa omin sanoin sanottavansa kokiensa ikäistensä vapaa-aikaa ja päihteidenkäyttöä Lapualla.

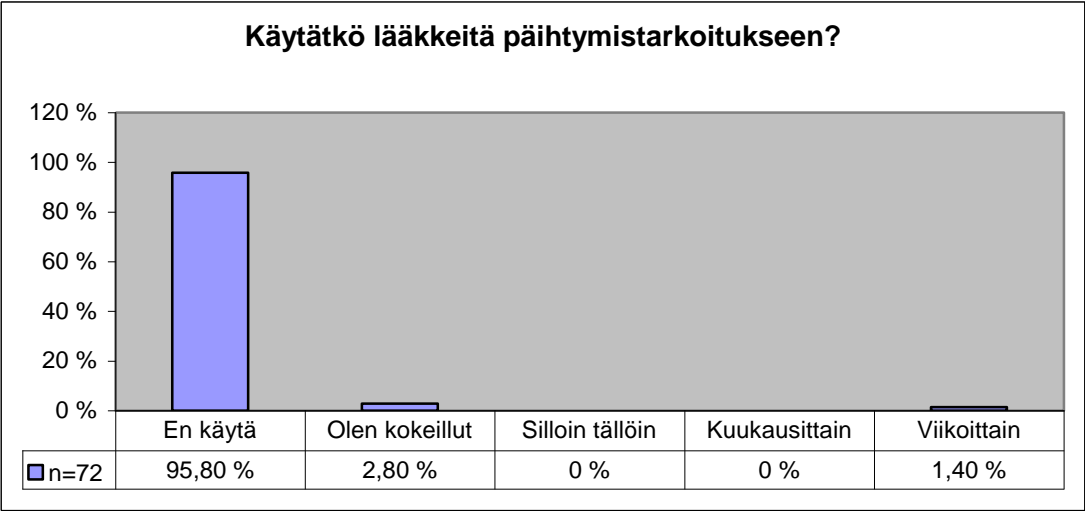
7.2.1 Päihteiden käyttö

Tutkimus koskee nuorten päihteiden käyttöä, ja vaikka tarkoitus oli selvittää nuorten näkemyksiä yleisellä tasolla, koin tärkeäksi kuitenkin selvittää aluksi heidän itsensä päihdekäyttäytymistään. Omaa alkoholin käyttöä koskevassa kysymyksessä (Kuvio 1) lähes joka neljäs kertoi, ettei käytä alkoholia lainkaan. Lisäksi alkoholia ainoastaan kokeilleiden määrä oli pieni. Kuitenkin jopa kahdeksan prosenttia vastasi käyttävänsä sitä viikoittain. Suurin osa (37 prosenttia) vastasi käyttävänsä alkoholia silloin tällöin ja hieman pienempi osa kuukausittain.

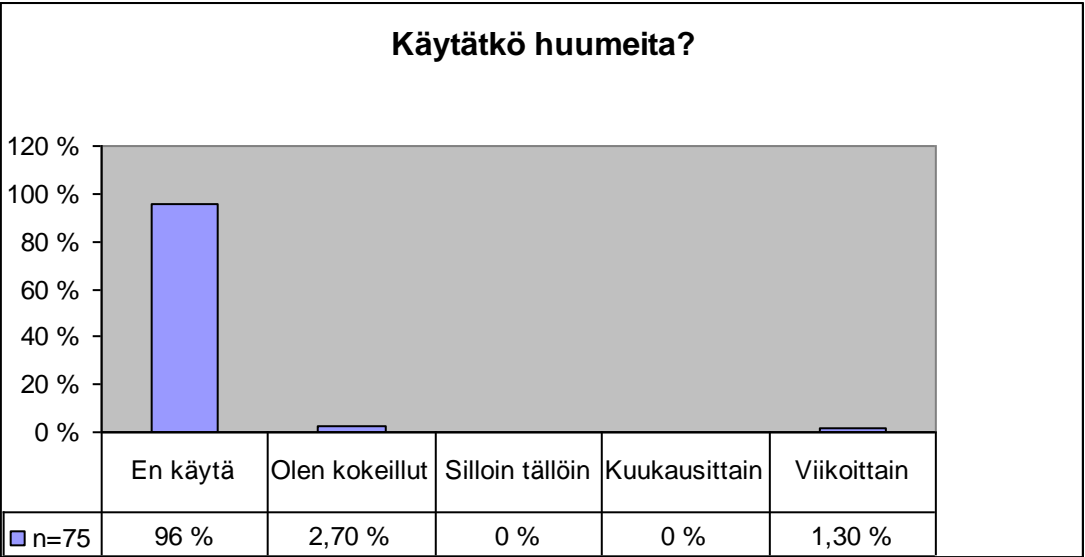


Kuvio 1: Alkoholin käyttö

Kysyttäessä lääkkeiden käytöstä päihtymistarkoitukseen (kuvio 2) kaikki eivät vastanneet. Kolme nuorta jätti vastaamatta kysymykseen, mutta kaikki vastasivat omaa huumeiden käyttöään koskevaan kysymykseen (kuvio 3). Tulokset kuitenkin näyttivät samankaltaisilta. Kaksi nuorta kertoi kokeilleensa huumeita sekä lääkkeiden päihdekäyttöä. Yksi nuori väitti käyttävänsä sekä lääkkeitä että huumeita viikoittain. Loput kertoivat, etteivät ole edes kokeilleet.



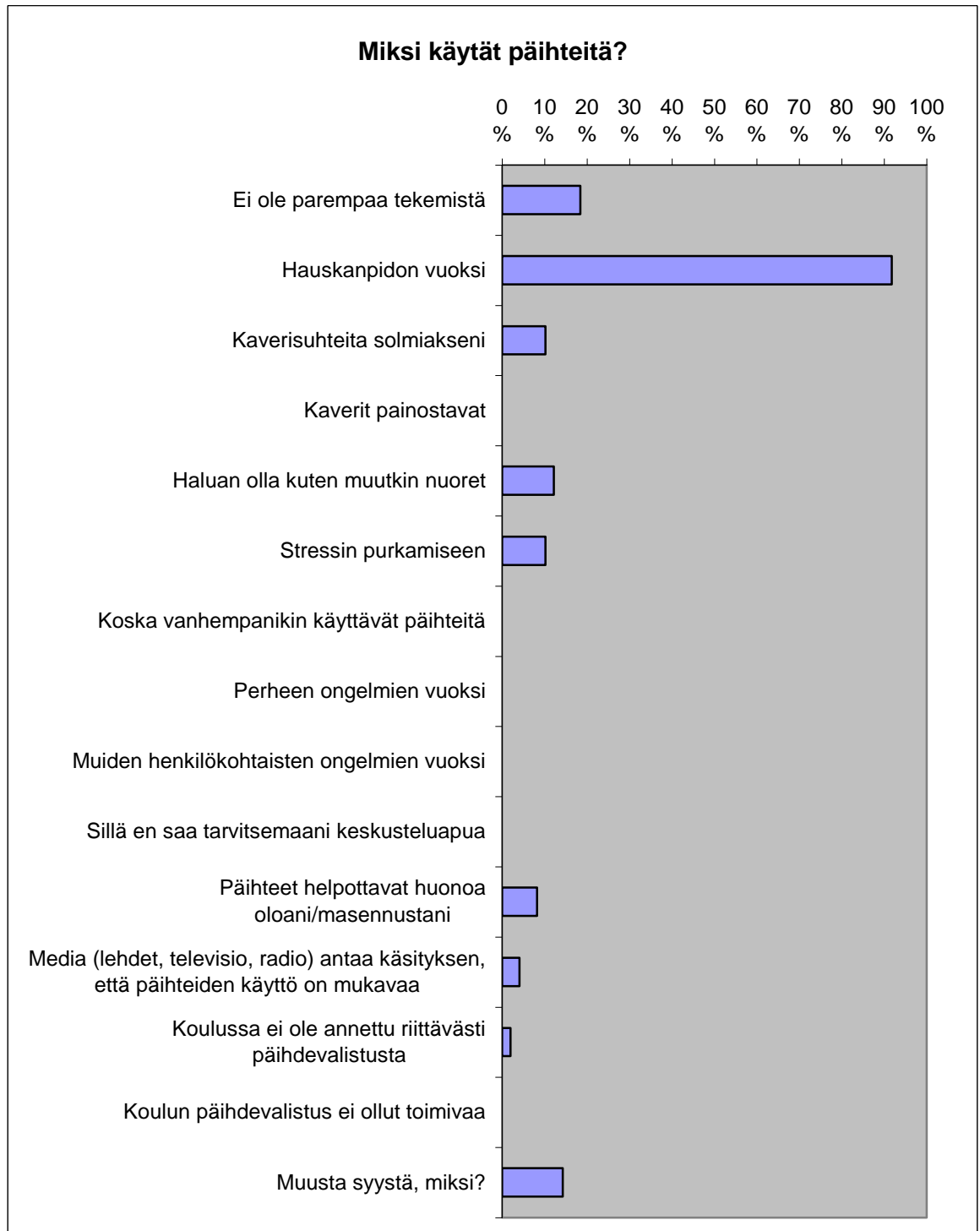
Kuvio 2: Lääkkeiden käyttö



Kuvio 3: Huumeiden käyttö

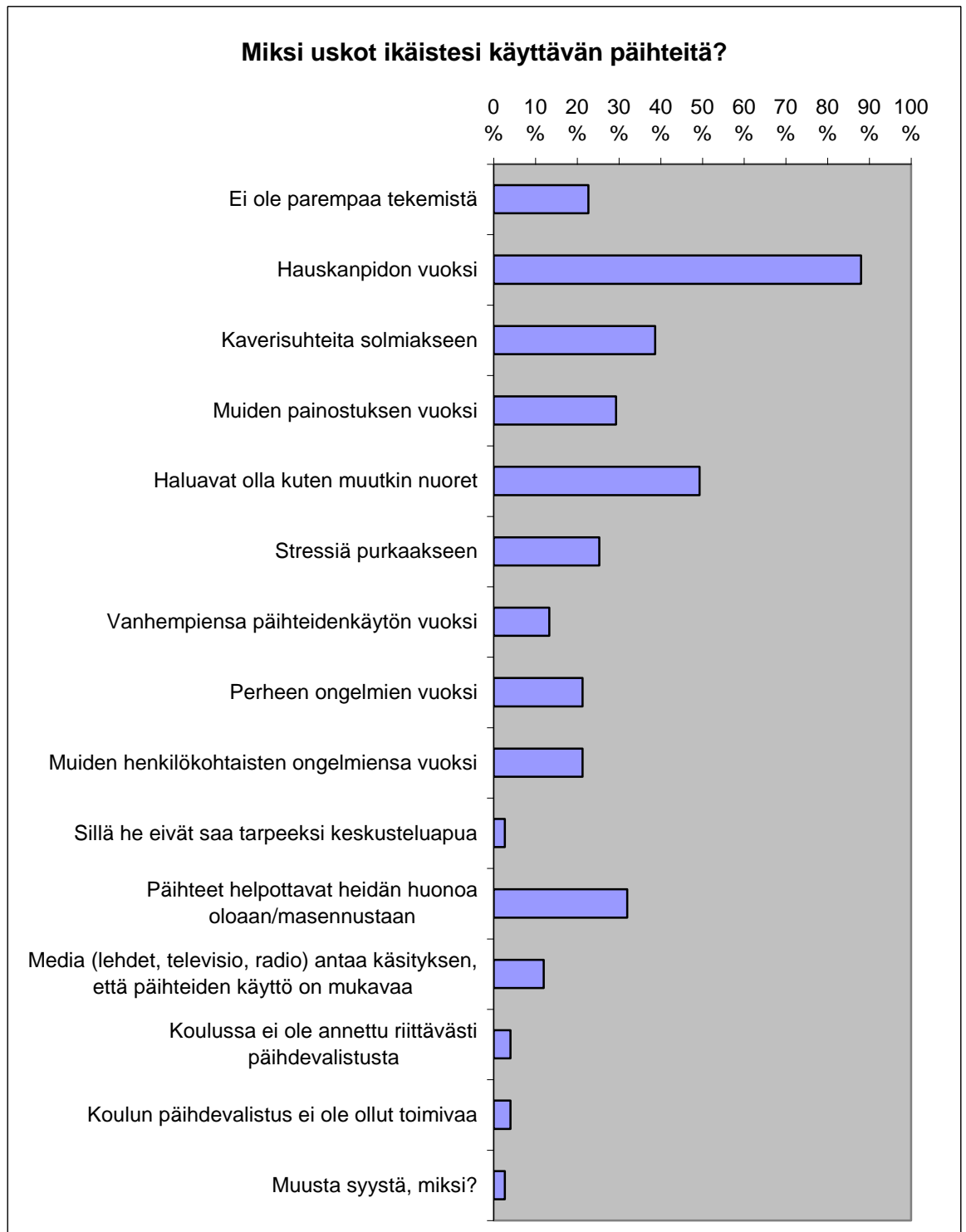
Lapuan Kaupungin nuorisotoimenjohtaja Maritta Sipilä (2010) uskoo päihteiden käyttöä koskevien taulukkojen pitävän mahdollisesti paikkansa. Hän ei ole kuullut viime aikoina huumeita juurikaan tarjottaneen nuorille, mutta lääkkeitä on hänen kuulemansa mukaan ollut Lapulla tarjolla. Koulukuraattori Erja Lehtiniemi (2010) ei myöskään usko nuorten juurikaan käyttävän huumeita. Hänen mukaansa huumeet ilmestyvät hetkittäisinä ”buumeina”, joita ei ole vuosiin ollut. Hän kuitenkin tietää Lapullakin olevan jonkin verran huumeiden käyttäjiä ja muisteleeekin poliisin arvioksi noin kahta sataa ihmistä. Nuoret ovat silti Lehtiniemen mukaan pysyneet laittomista aineista erossa hyvin. Hän on tällä hetkellä enemmän huolissaan alkoholia viikoittain käyttävistä nuorista. Myös Sipilä (2010) on tästä huolissaan, mutta hän lisää huolenaiheiksi sen, että nuoret juovat nykyään enemmän kuin ennen ja aloittavat alkoholin käytön nuorempana.

Tutkimuksessa päihteitä käyttävistä nuorista 92 prosenttia kertoi käyttävänsä päihteitä hauskanpidon vuoksi (Kuvio 4). Lähes joka viides vastasi, ettei hänellä ole parempaa tekemistä. Noin joka kymmenes vastasi purkavansa stressiään päihteisiin tai käyttävänsä päihteitä solmiakseen kaverisuhteita. Kaverien ei koettu suoranaisesti painostavan päihteiden käyttöön, mutta toisaalta 12 prosenttia kertoi päihteiden käytön syyksi halun olla kuten muutkin. Kukaan ei väittänyt perheen tai siellä esiintyvien ongelmien olevan syy päihdekäyttämiseen. Omat ongelmat ei koettu olleen käytön syynä. Silti 8 prosenttia nuorista kertoivat päihteiden helpottavan huonoa oloa ja masennusta. Otoksesta vain kaksi nuorta kertoi median antavan käsityksen siitä, että päihteiden käyttö on niin mukavaa, että siitä on muodostunut syy käyttää päihteitä. Sipilä (2010) ei usko nuorten samaistuvan julkisuuden henkilöihin, eikä median muutenkaan kovin paljon vaikuttavan nuorten päihteiden käyttöön. Hänestä media voi olla tositv-sarjoineen joskus jopa valistavaa, jos nuoret näkevät päihteiden liiallista käyttöä ja sen negatiivisia seurauksia. Lehtiniemi (2010) uskoo median vaikuttavan jonkin verran nuorten päihteiden käyttöön, vaikka haluaa korostaa sitä, ettei media ole suurin ongelma. Muiksi oman päihteiden käytön syiksi nuoret määrittivät muun muassa rentouden, kavereiden päihteiden käyttämisen ja sen, että on hauskaa juhlia.



Kuvio 4: Oman päihteidenkäytön syyt

Kaikki otoksen nuoret vastasivat kysymykseen: Miksi uskot ikäistesi käyttävän päihteitä (Kuvio 5)? Syyt poikkesivat hieman oman päihteiden käytön syistä. Suurin osa oli silti vastannut muidenkin nuorten käyttävän päihteitä pitääkseen hauskaa. Sosiaalisten syiden, kuten kavereiden painostuksen ja uusien kaverisuhteiden solmimisen, katsottiin olevan suurempi syy muille kuin itselle käyttää päihteitä. Päihteiden uskottiin myös tuovan helpotusta muiden nuorten ongelmiin, joita on syntynyt perheen tai henkilökohtaisten syiden vuoksi. Mediallakin uskottiin olevan suurempi vaikutus muiden käyttäytymiseen. Muiksi syiksi eräs nuori kertoi: ”Koska he sattuvat olemaan idiootteja?” Sipilä (2010) kertookin nuorten puuttuvan toistensa päihteiden käyttöön ja kannustavan toisiaan olemaan ilman päihteitä tai ainakin vähentämään niiden käyttämistä. Lisäksi nuori voi itse kehua toisille olleensa ilman alkoholia jo jonkin aikaa, miten kauan hän on ollut ilman ollutkaan (Sipilä 2010).



Kuvio 5: Muiden päihteidenkäytön syyt

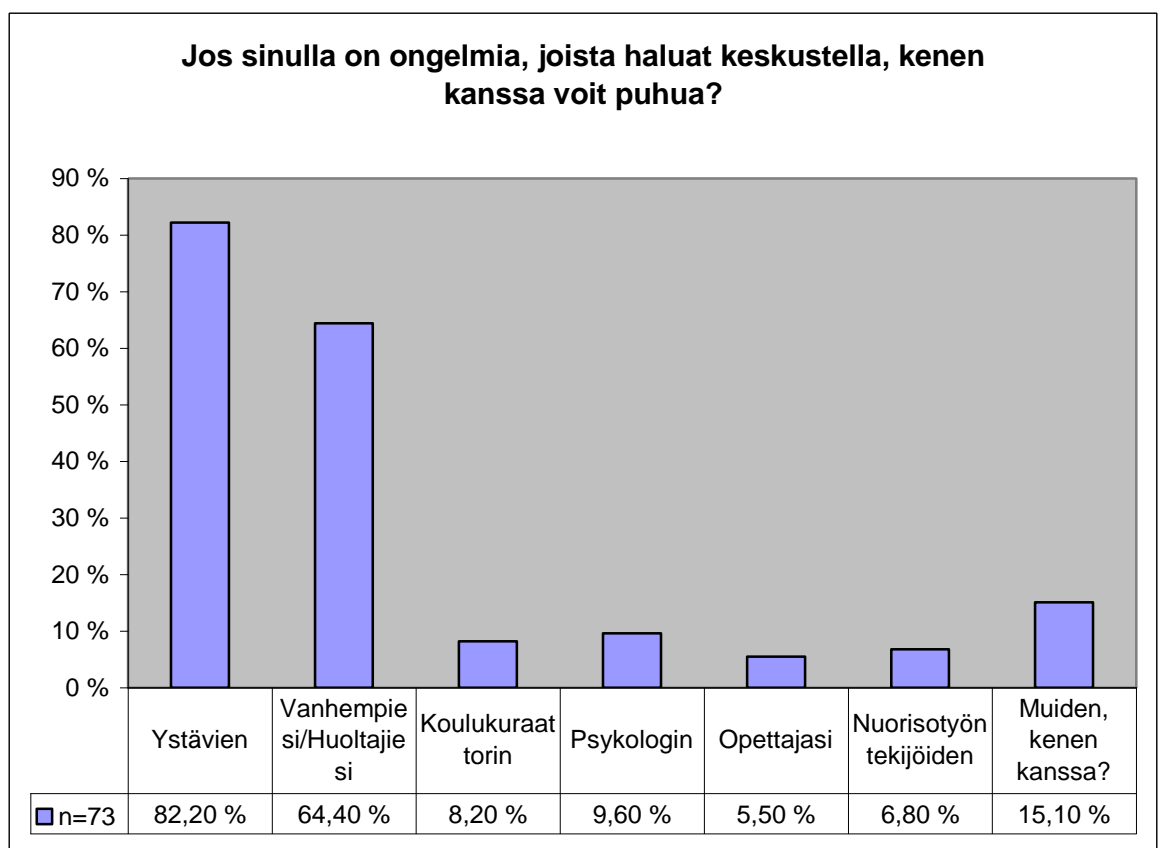
7.2.2 Päihteiden käytön ehkäisy

Tutkimuksessa kysyin nuorilta heidän mielipiteitään siitä, miten he uskovat päih-teiden käytön vähenevän. Moni nuori vastasi, ettei tiedä hyvää keinoa tähän. Osa päätteli, ettei mitään ole tehtävissä. Nuoret nostivat yhdeksi ongelmaksi laillisten päihteiden helpon saatavuuden. Tutkimuksessa ilmeni ehdotuksia siihen, että vir-kavalta puuttuisi enemmän päihteitä myyvien liikkeiden toimintaan sekä itse nuor-ten käyttäytymiseen tiukalla valvonnalla ja rangaistuksilla. Lisäksi nuoret uskoivat nuorten omien tilojen, kuten nuorisotalon, aukioloaikojen vaikuttavan päihteiden käyttöön. Erityisesti lauantaksi toivottiin jotain toimintaa. Sipilä (2010) kertoi nuori-sotalon olevan suljettu lauantaisi resurssipuutteen vuoksi ja siksi, että nuoret viet-täisivät aikaansa enemmän myös kotona. Hän halusi korostaa sitä, että perjantai-sin nuoret, jotka haluavat käyttää alkoholia, lähtevät kaupungille sitä käyttämään. Sipilä (2010) kertoi alkoholittomien nuorisotalon tiloissa järjestettyjen diskoiden lo-pettamisen syyksi sen, että suurin osa nuorista oleili nuorisotalon läheisyydessä, eikä itse diskoon tullut juuri yhtään nuorta. Joistain tutkimuksen vastauksista kävi ilmi myös se, ettei Lapualla ole tarpeeksi kiinnostavia harrastusmahdollisuuksia tai ajanviettopaikkoja. Nuoret ottivat esiin myös päihdevalistuksen vaikutuksen ja vanhempien puuttumisen nuoren päihteiden käyttöön.

Kysyin tutkimuksessa myös sitä, millaista päihdevalistusta nuoret toivoisivat kou-lussa järjestettävän. Useat nuoret kertoivat olevansa tyytyväisiä valistukseen, jota he saavat. Jotkut kertoivat valistuksen olevan hyödytöntä. Osa nuorista toivoi päihdevalistuksen olevan entistä kaunistelematonta ja kaikin puolin realistista. Nuoret myös toivoivat valistuksen tapahtuvan mielenkiintoisemmilla menetelmillä. Erityisesti videoita toivottiin. Osa olisi halunnut aikaisempaa kokemusta omaavaan päihteidenkäyttäjän kertovan itse rankoista kokemuksistaan.

7.2.3 Keskusteluapu

Nuoren on tärkeää saada purkaa tuntojaan. Otin tutkimuksessani selvää myös siitä, kenen kanssa nuoret keskustelevat ongelmistaan (Kuvio 6). Suurin osa nuorista, jopa 82 prosenttia kertoi voivansa keskustella ongelmistaan ystäviensä kanssa. Myös vanhemmat tai muut huoltajat olivat saaneet kannatusta yli puolelta otoksesta. Opettaja koettiin hieman vieraammaksi kuin esimerkiksi koulukuraattori ja koulupsykologi. Jokainen oppilas ei käy koulukuraattorin tai –psykologin vastaanotolla lainkaan, joten niiden saama lähes kymmenen prosentin kannatus on aika suuri. Nuorisotyöntekijöiden kanssa ilmoitti 7 prosenttia voivansa keskustella ongelmistaan. Muita keskusteluavun tarjoajia olivat lähisukulaiset, kuten serkut tai sisarukset, sekä internetissä tavatut ”tuntemattomat” ihmiset.



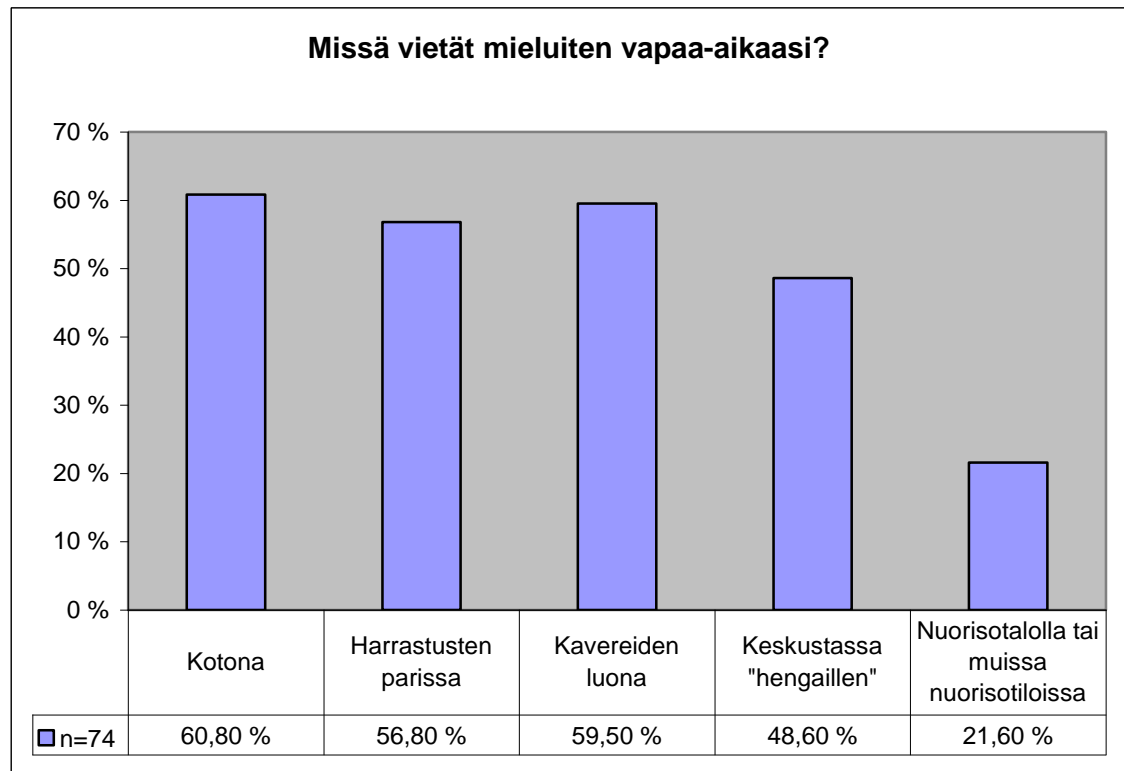
Kuvio 6: Keskusteluapu

Esitin tutkimuksessa nuorille myös hypoteettisen kysymyksen koskien nuorten hyvinvoinnin huomioimista koulussa päihde- tai muiden ongelmien ilmaantuessa. Suurin osa nuorista ei osannut vastata kysymykseen, mutta joka neljäs kertoi koulun huomioivan hänen hyvinvointinsa. 19 prosenttia puolestaan ei uskonut tähän lainkaan. Joka kymmenes kertoi, ettei pääse keskustelemaan koulukuraattorin tai –psykologin kanssa tarpeeksi usein. 32 prosenttia nuorista oli toista mieltä.. Lähes kaikki nuoret, 96 prosenttia, olivat sitä mieltä, että heidän perheessään ei ole ongelmia, joihin he kaipaisivat apua. Yli puolet apua kaipaavista nuorista oli kuitenkin keskustellut perheen ongelmista jollekin aikuiselle. Tulosta vääristää hieman se, että ongelman ilmoitti olevan kolme nuorta, mutta peräti yhdeksän nuorta vastasi ohjeiden vastaisesti kysymykseen siitä, ovatko he keskustelleet näistä ongelmista jonkun aikuisen kanssa.

Yksi tutkimukseen osallistuneista nuorista kertoi, ettei hänellä ole tarpeeksi ystäviä. 91 prosenttia uskoi omaavansa tarpeeksi ystäviä. Vaikka suurimmalla osalla näytti olevan tarpeeksi ystäviä, vain 64 prosenttia kertoi voivansa puhua ystävilleen kaikista ongelmistaan. Lähes joka kymmenes uskoi, ettei voi kertoa ystävilleen kaikkia ongelmiaan.

7.2.4 Vapaa-aika

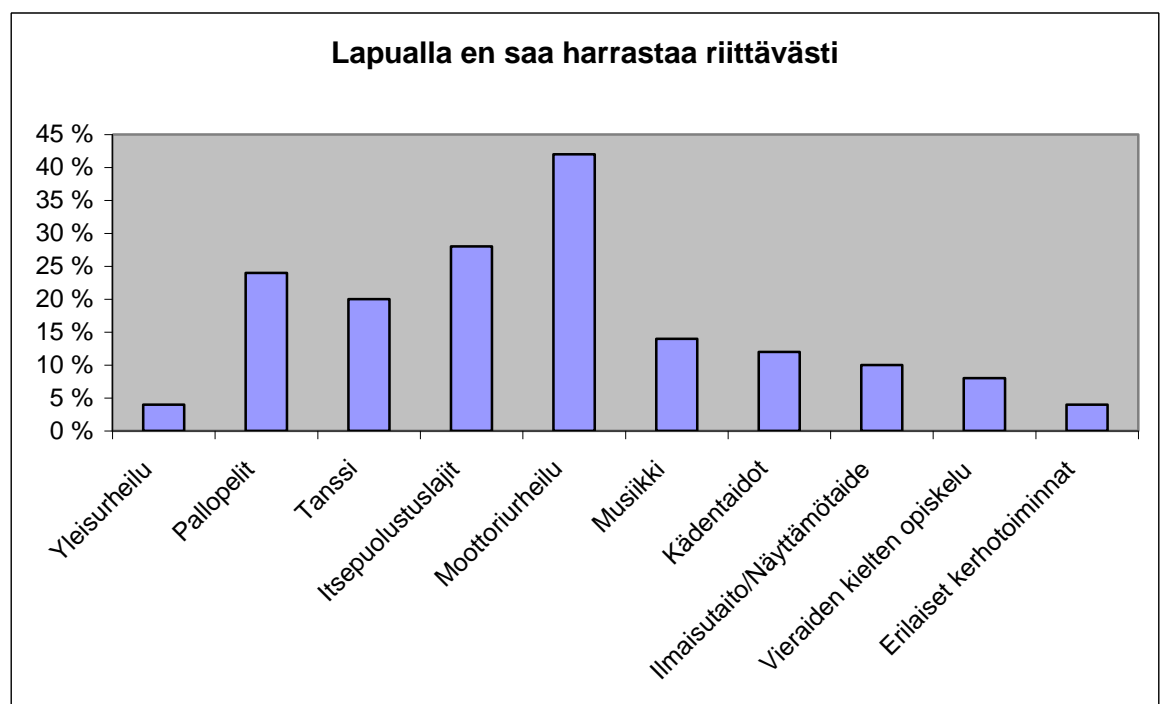
Kysyin tutkimuksessani nuorilta, missä he mieluiten viettävät vapaa-aikaansa. Heillä oli mahdollisuus valita monta vaihtoehtoa. Mikään vaihtoehto ei saanut huomattavan suurta kannatusta (Kuvio 7). Suurimman kannatuksen saivat kuitenkin koti ja kavereiden luona oleskelu 60 prosentilla. Mielellään nuoret tuntuivat viettävän vapaa-aikaansa myös harrastusten parissa. Tämä vaihtoehto sai kannatusta yli puolilta nuorista. Lähes puolet nuorista viettivät aikaansa mieluiten vain keskustassa oleskellen. Nuorisotalolla tai muissa nuorisotiloissa aikaansa mieluiten kulutti 22 prosenttia nuorista.



Kuvio 7: Vapaa-ajanviettopaikat

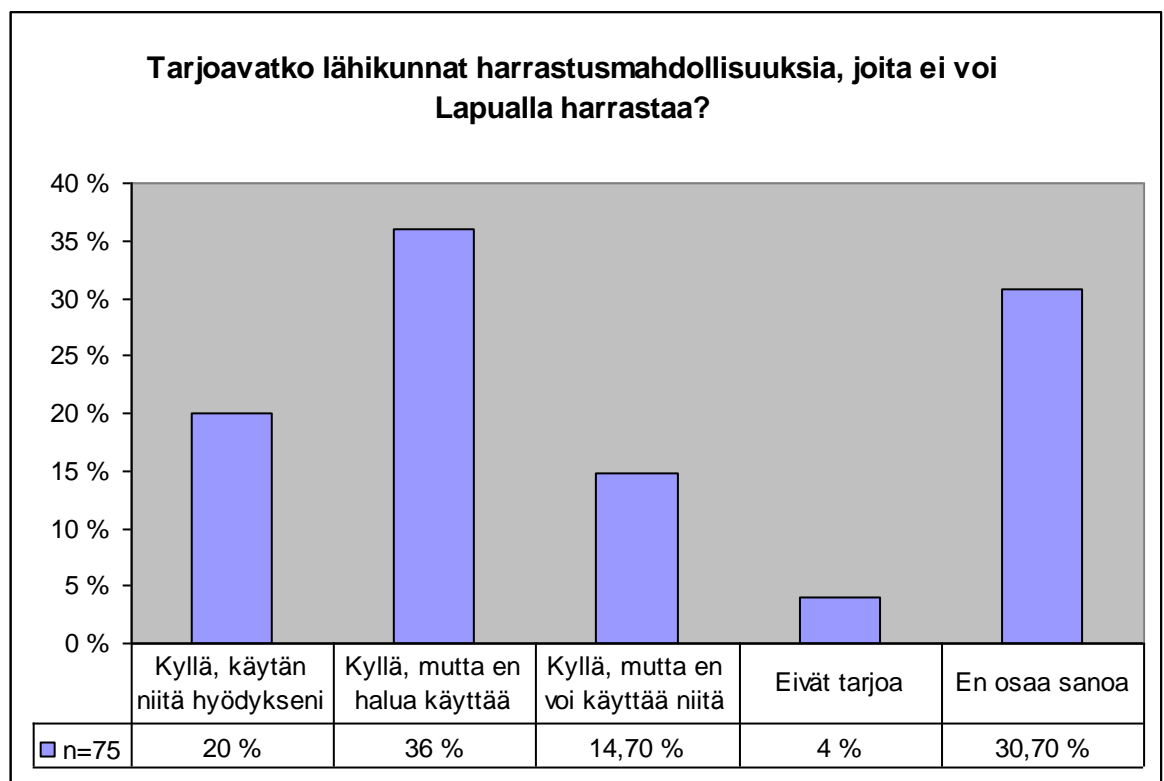
Nuorista 78 prosenttia väitti voivansa harrastaa Lapualla haluamiaan harrastuksia. Loput olivat toista mieltä. Syitä oli monia. Nuoret kertoivat kaipaavansa Lapualla ratsastustallia, moottoriurheilua, jousiammuntaa, ruuanlaittokursseja ja tanssipaiikkaa. Parissa vastauksessa ilmeni, ettei Lapualla voi harrastaa juuri mitään. Urheilujoukkueet saivat paljon kritiikkiä. Seurojen kilpailuhenkisyys koettiin ongelmaksi, eikä aloittelijaa edes huolitettu seuraan erään nuoren mielestä. Toisaalta joku koki kiinnostuksen kohteenaan olevan harrastuksen joukkueen olevan liian huono. Muutamassa vastauksessa ilmeni, ettei joukkuetta ole juuri heidän ikäluokassaan. Joku mainitsi erityisesti jääkiekkjoukkueen puuttumisen. Yhdessä vastauksessa kävi ilmi myös urheilujoukkueessa pelaavien nuorten rasittavat luonteenpiirteet. Sekä Sipilä (2010) että Lehtiniemi (2010) olivat sitä mieltä, että nuorilla on yleensä paljon harrastuksia, ja joillain on jopa liikaa. Heidän mielestään lapualaisissa nuorissa on kuitenkin myös niitä, joilla harrastuksia ei ole lainkaan.

Kysyin nuorilta (Kuvio 8) mielipiteitä siitä, mitä harrastuksia Lapualla ei saa riittävästi harrastaa. Kysymykseen vastasi vain 50 nuorta. Loput olivat ilmeisesti tyytyväisiä kaupungin harrastustarjontaan. Suurimmaksi harrastustarjonnan puutteeksi koettiin moottoriurheilu. Nuorista 42 prosenttia koki, ettei voi harrastaa sitä riittävästi. Vastaavasti erilaista kerhotoimintaa ja yleisurheilua kokivat lähes kaikki nuoret saavansa harrastaa Lapualla riittävästi. Itsepuolustuslajeilla, pallopeleillä ja tanssilla koettiin olevan liian vähän tarjontaa. Kysyin nuorilta avoimella kysymyksellä myös, mitä he erityisesti toivoisivat voivansa harrastaa Lapualla, vaikka se tällä hetkellä on mahdotonta. Moottoriurheilu, erilaiset itsepuolustuslajit, street dance ja muut erilaiset tanssimuodot saivat paljon kannatusta. Useat nuoret toivoivat myös skeittaustiloja. Vastauksista ilmeni myös pesäpallo-, koripallo-, salibandy- ja käsipallojoukkueiden puute. Vähemmän kannatusta saaneita toiveita olivat muun muassa sirkuskoulu, cheerleading ja jousiammunta.



Kuvio 8: Harrastustarjonnan puutteet

Lapua on suhteellisen pieni kaupunki, eikä kaupunki voi luonnollisesti tyydyttää jokaisen ihmisen kaikkia harrastustoiveita. Lähikunnat tarjoavat lisää harrastusmahdollisuuksia, jopa sellaisia, joita ei Lapualla ole mahdollisuutta harrastaa. Kysyin tutkimuksesta nuorilta myös tästä muiden kuntien harrastustarjonnasta (Kuvio 9). Jopa 20 prosenttia kertoi käyttävänsä lähikuntien harrastusmahdollisuuksia hyväkseen. Suurimmaksi ryhmäksi osoittautuivat kuitenkin nuoret, jotka uskoivat lähikuntien tarjoavan harrastuksia, joita ei Lapualla voi harrastaa, vaikka eivät halunneet käyttää näitä harrastusmahdollisuuksia hyödykseen. Kaikki harrastukset eivät kuitenkaan ole ilmaisia, eivätkä sopivan välimatkan päässä, joten tahto harrastaa ei aina riitä. 15 prosenttia nuorista kertoikin, että haluaisi käyttää jonkin lähikunnan harrastusmahdollisuutta, mutta ei voi tällä hetkellä. Vain kolme nuorta olivat sitä mieltä, etteivät lähikunnatkaan tarjoa heitä miellyttävää harrastusmahdollisuutta tai -mahdollisuuksia.



Kuvio 9: Lähikuntien harrastusmahdollisuudet

Lapuan Simpsiö on merkittävä lapualainen rinnehihtokeskus. Se tarjoaa erilaisia aktiviteetteja ympäri vuoden. Niin kutsutun Aktiviteetti-Simpсион alueelle on ollut suunnitelmissa valmistua muun muassa kylpylähotelli, kauppakortteleja ja mökkikylä. Luonto-Simpсион uudistussuunnitelmiin kuuluu puolestaan muun muassa erilaisten luontopolkujen parannus. Kysyin tutkimuksessani nuorilta vaikuttavatko nämä Simpsiön uudistukset heidän vapaa-ajan viettoonsa. Puolet vastanneista olivat sitä mieltä, etteivät Simpsiön suunnitelmat vaikuta heidän vapaa-ajan käyttöönsä millään tavalla. Joka kymmenes puolestaan uskoi suunnitelmien toteutumisen vaikuttavan heidän elämäänsä. Lapualle nouseva palloiluhalli kiinnosti nuoria Simpsiötä enemmän. Joka viides uskoi palloiluhallin vaikuttavat omaan vapaa-ajan viettoonsa. Kuitenkin lähes puolet nuorista eivät olleet kiinnostuneet siitä lainkaan.

Nuorista yli puolet olivat kiinnostuneita tutustumaan toisiin ikäisiinsä nuoriin ilman päihteitä. Kiinnostusta tähän ei ollut 41 prosentilla. Yksi nuori oli vastausprosenttien summan perusteella valinnut molemmat vaihtoehdot, eli ilmeisesti toivoi jonkin verran tutustuvansa uusiin ikätovereihinsa ilman päihteitä. Seuraava kysymys oli: ”Tulisiko Lapualla olla enemmän nuorille suunnattua päihteetöntä toimintaa?” Vastaukset jakaantuvat tasaväkisesti puolesta ja vastaan, mutta hieman suurempi osa nuorista halusi päihteettömän toiminnan lisäämistä. Tässäkin kysymyksessä on yksi vastanneista valinnut molemmat vaihtoehdot.

7.2.5 Nuorten vapaat loppusanat

Tutkimuksen lopuksi halusin vielä kuulla, mitä nuorilla on sanottavaa päihteiden käyttöön ja vapaa-ajanviettomahdollisuuksiin liittyen Lapualla. Kysymys oli avoin. Sain paljon vastauksia, joissa monet nuoret kertoivat, ettei mitään tarvitse tai ole tehtävissä koskien nuorten vapaa-ajanviettomahdollisuuksia tai päihteidenkäyttöä. Eräs nuorista kertoi, ettei Lapualla ole muuta tekemistä kuin päihteiden nauttiminen. Vapaa-ajanviettomahdollisuuksia toivottiin kehitettävän lisäten yhteistä ohjelmaa nuorille. Nuorisokahvila Balanssi sai moitteita uskonnollisuutensa, huonojen tilojen, kävijöiden pinnallisuuden ja valvojiensa vuoksi. Gosbel-kahvilan uskonnol-

lisuus ei miellyttänyt kaikkia nuoria. Nuorisotalo puolestaan sai kritiikkiä siitä, että kävijät olivat yläasteikäisiä vanhempia eivätkä yläasteikäiset tunteneet oloaan tervetulleeksi siellä. Myös yöaikaan toivottiin olevan nuorille paikka, mihin mennä.

Osa nuorista tuntui olevan itsekin huolissaan ikäistensä päihteiden käytöstä. Erityisesti nuorempien päihteiden käyttö huolestutti joitain yhdeksäsluokkalaisia. Päihteiden saatavuutta pidettiin liian helppona. Eräs vastaajista kertoi ikäistensä juomatapojen olevan aivan vääränlaisia. Hänen mukaansa nuorten juomisen tavoitteena oli saavuttaa kova humala, eikä alkoholin käyttö ollut järkevää. Hän olikin sitä mieltä, että nuorten täytyisi saada juoda ainoastaan vanhempiensa luvalla ja kohtuullisesti.

7.3 Validiteetti

Tutkimuksessani (Liite 1) pyrin esittämään nuorille suunnatut kysymykset selkeästi. Mikäli jollekin nuorelle oli jokin kysymys epäselvä, selitin sen hänelle hänen sitä ihmeteltyään. Kysymykset pyrin esittämään puolueettomasti ilman kannanottoa mihinkään suuntaan. Uskoin nuorille olevan epäselviä Simpsiön suunnitelmauudistukset, joten näin parhaaksi muutamalla sanalla kuvailla niitä. Verkkokyselylomakkeessa oli mukana sekä määrällisiä että avoimia kysymyksiä. Joihinkin monivalintakysymyksiin oli mahdollista valita monta vaihtoehtoa. Tutkimukseen vastaaminen tapahtui siis tietokoneella, ja vastaukset lähetettiin webropolin raporttiin nimettömästi. Lähetys onnistui hyvin lukuun ottamatta yhtä kertaa. Tällöin erään nuoren vastauksia ei jostain syystä pystytty lähettämään eteenpäin, eivätkä hänen vastauksensa rekisteröityneet lainkaan. Muiden kohdalla ei ollut ongelmia tässä asiassa.

Määrällisistä vastauksista webropol-työkalu teki raportin, joka sisälsi taulukoita. Taulukoista kävi ilmi kysymykseen vastanneiden määrä sekä vastausten jakaantuminen prosentuaalisesti ja kappalemäärittäin. Avoimien kysymysten kohdalla työkalu listasi vastaukset allekkain, huomioiden myös tyhjät kohdat. Koska määrällisiä kysymyksiä oli paljon, syntyi useita taulukoita, jotka kertoivat paljon. Näitä tulkitessa keskityin ainoastaan faktoihin, enkä antanut omien mielipiteideni tai

asenteeni vaikuttaa asiaan. Olin etukäteen pohtinut omia näkemyksiäni tutkittavasta asiasta, sillä minusta se oli tarpeellista. Näin voisin varautua mahdollisiin virkisteluihin. Uskon kuitenkin muidenkin tulkitsijoiden vetävän samoja johtopäätöksiä kuin minä.

Tein tutkimukseeni liittyen kaksi haastattelua. Haastateltavina olivat koulukuraattori sekä nuorisotoimenjohtaja. Haastattelut koostuivat teemoittain avoimista kysymyksistä. Olin valmiiksi suunnitellut kysymykset, mutta haastattelun edetessä kysymyksiä ilmaantui lisää. Haastattelut etenivät keskustelunomaisesti, jolloin esiin ilmaantui uusia näkökulmia. Molemmat haastattelut kestivät noin 50 minuuttia, jonka jälkeen litteroin haastattelut. Haastattelujen tulokset tapahtuivat pian haastattelujen jälkeen, jolloin itselläni oli vielä kaikki tuoreessa muistissa. Halusin näin parantaa tulokannan luotettavuutta.

7.4 Reliabiliteetti

Nuorille suunnatun kyselyn täyttäminen tapahtui Lapuan yläasteen kirjastotiloissa, joissa oli parikymmentä tietokonetta nuorten käyttöön. Jokaisen luokan jokaiselle oppilaalle riitti tietokone, eikä kenenkään tarvinnut odottaa vuoroaan. Oppilaat täyttivät verkkokysymyslomakkeen itsenäisesti, eikä keskustelua sallittu. Mikäli jollain oppilaalla ilmeni kysymyksiä aiheeseen liittyen, olivat kysymykset sallittuja. Muita oppilaita ei kuitenkaan saanut häiritä, eikä toisten vastauksia saanut yrittää katsoa. Kun kysely oli täytetty ja vastaus lähetetty, tuli oppilaan istua vielä paikoillaan. Nuoret alkoivat käydä useimmiten hieman levottomaksi, jos joutuivat odottamaan kauan pois pääsyään. Siksi koin hyväksi keinoksi antaa jo vastanneiden oppilaiden lähteä, jos heistä koostui reilusti suurin osa. Muistin kuitenkin kertoa muille, että he voivat vastata omassa tahdissaan, eikä kiirettä ole. Olin itse aina valvomassa vastaamistilaisuuksia, ja yhtä luokkaa lukuun ottamatta heidän opettajansa oli myös paikalla. Yhtä oppilasta lukuun ottamatta kaikki pysyivät vastaamaan kyselyyn.

Koulukuraattorin haastattelun sovimme syyslomaviikolle. Koulussa oli rauhallista, sillä oppilaat ja melkein koko henkilökunta olivat lomalla. Haastattelu tapahtui ku-

raattorin vastaanottotiloissa. Häiriötekijöitä ei ollut, ja aikaakin olimme varanneet haastattelulle runsaasti. Nuorisotoimenjohtajan haastattelu tapahtui nuorisotalolla ennen sen aukeamista nuorille. Talossa oli lisäksi muuta talon henkilökuntaa, ja vaikka he eivät kuuloetäisyydellä juuri olleet, he pari kertaa kävelivät ohitsemme. Nuorisotoimenjohtajaa tämä ei tuntunut haittaavan, eikä asiamme keskeytynyt. Aikaa olimme tähänkin haastatteluun varanneet riittävästi.

8 YHTEENVETO

Tutkimukseni päätavoitteena oli selvittää, mitä lapualaiset yhdeksäsluokkalaiset ajattelevat ikäistensä päihteidenkäytöstä, ja miten he itse uskovat ikäistensä päihteidenkäytön vähenevän. Päihteinä tarkoitan tässä alkoholia, lääkkeitä ja huumeita. Tupakan olen rajannut pois tutkimuksestani. Muuna tavoitteena oli muun muassa selvittää se, miten Lapuan kaupunki sekä Lapualla toimivat yritykset ja järjestöt huomioivat nuorten vapaa-ajan aktiviteetit. Lisäksi halusin kuulla nuorten mielenpiteen siitä, vaikuttaako media heidän päihdekäyttäytymiseensä. Vaikka nuorten mielipiteet olivat ratkaisevassa asemassa tutkimuksessani, halusin kuitenkin kuulla, mitä Lapuan yläasteen koulukuraattorilla ja Lapuan kaupungin nuorisotoimenjohtajalla on sanottavaa aiheisiin liittyen. Yhteenvetoon käytän taustalla aiheisiin liittyvää teoriaa.

Nuoruuteen kuuluu kapinointi auktoriteetteja vastaan, kuten erilaiset kokeilutkin. Usein nuoret kokeilevat myös päihteitä nuoruudessaan. Lapualaisista yhdeksäsluokkalaisista kolme neljäsosaa on kokeillut alkoholia. Näistä suurin osa käyttää alkoholia kuukausittain tai harvemmin. Vaikka koulukuraattori ei ole huomannut vuosien saatossa huimaa muutosta nuorten alkoholinkäytössä, on nuorisotoimenjohtaja huolissaan siitä, että alkoholin käytön kerta-annokset ovat kasvaneet ja alkoholin käyttö aloitetaan entistä nuorempana. Lapuan yläkouluikäiset juovat itsensä yhtä usein humalaan kuin muutkin Etelä-Pohjanmaan nuoret. Etelä-Pohjanmaalla nuoret käyttävät alkoholia enemmän kuin muulla Suomessa. Huumekokeilut ovat lapualaisten yläasteikäisten nuorten keskuudessa harvinaisia. Koulukuraattorin mielestä huumekokeilut ilmaantuvatkin buumeina, eikä vuosiin ole tällaista buumia ollut. Silti neljä prosenttia nuorista kertoi kokeilleensa vähintään kerran huumeiden käyttöä sekä lääkkeiden väärinkäyttöä. Koko Suomen kattavan tutkimuksen mukaan suomalaisista yläkoululaisista on huumeita kokeillut

hieman useampi, noin kuusi prosenttia nuorista. Alle 25-vuotiaista jopa 19 prosenttia on kokeillut huumeita.

Päihteiden käyttöön on olemassa monia syitä. Alkoholia käyttävien lapualaisten yhdeksäsluokkalaisten yleisin syy alkoholin nauttimiseen oli hauskanpito. Nuoruudessa sosiaaliset suhteet ovat todella tärkeitä, ja kaveriporukalla on suuri vaikutus nuoreen. Nuorilla on tapana kuulua kaveriporukkaan, jonka jäsenillä on samankaltaiset arvot ja asenteet kuin nuorella itsellään. Lapuan päihteitä käyttävät yhdeksäsluokkalaiset eivät kokeneet kavereidensa painostavan alkoholin juontiin, vaikka useampi kuin joka kymmenes kertoi juovansa, koska halusi olla kuten muutkin. Toisaalta nuorista jopa lähes 30 prosenttia uskoivat muiden nuorten juovan toisten painostuksen vuoksi ja lähes puolet nuorista uskoivat syyksi sen, että ikätoverinsa halusivat olla kuten muutkin nuoret. Sosiaaliset suhteet näyttivät siis olevan suuri syy toisten päihteiden käyttämiseen, mutta omaan alkoholin käyttöön kavereiden painostus ei vaikuttanut. Nuoret eivät varmasti suoranaisesti painosta ystäviään juomaan, mutta painostus syntyy siitä, että nuoren on oltava samanlainen kuin ystäviensä.

Nuoret eivät itse juurikaan kokeneet päihteiden käyttönsä johtuvan perheessä tai itsellä ilmenevistä ongelmista. Kukaan ei vastannut näiden ongelmien olevan syy päihteiden käyttöön itsellään, mutta enemmän kuin joka viiden uskoi muiden käyttävän päihteitä näiden ongelmien takia. Kukaan ei kertonut alkoholin juomisensa johtuvan siitä, että hänen vanhempansa käyttivät päihteitä, vaikka peräti 13 prosenttia uskoi muiden ikäistensä käyttävän päihteitä tästä syystä. Muiden nuorten kohdalla uskottiin myös päihteiden käytön tuovan helpotusta huonoon oloon ja jopa masennukseen, vaikka neljä kertaa harvemmin oman käytön syyksi tätä väitettiin.

Nykyajan millenniaalisukupolvi taitaa teknologiset uutuudet ja vanhemmatkin ympäri maailman käytetyt teknologiset laitteet, joita heidän vanhempansa eivät välttämättä osaa käyttää. Vanhemmat eivät välttämättä myöskään ymmärrä esimerkiksi internetin vaikuttavuutta. Median haittavaikutuksistaakaan ei aina tiedetä. Eri-tyisen vahingollista nuoren kehitykselle voivat olla median korostama seksuaalisuus sekä peleissä ja elokuvissa korostunut väkivalta. Lapuan yläasteen kouluku-

raattori Lehtiniemi uskoo median vaikuttavan myös nuorten päihteiden käyttöön. Nuorisotoimenjohtaja Sipilä on kuitenkin toista mieltä. Hän ei usko nuorten samaistuvan iltapäivälehdissä oleviin julkisuuden henkilöihin, jotka päihteitä käyttävät. Päinvastoin, hän pitää suurempana todennäköisyytenä sitä, että nuoret voivat oppia, ihmetellä ja jopa halveksia paljon päihteitä käyttäviä julkisuuden henkilöitä. Esimerkkinä Sipilä käytti tässä tapauksessa ”Big Brother” –televisiosarjaa, jossa nuoret aikuiset käyttävät alkoholia suhteellisen paljon ja tekevät itsestään ajoittain naurunalaisen typerän käytöksensä ja liiallisen alkoholin käyttönsä vuoksi (Sipilä 2010). Nuorista itsestään 4 prosenttia kertoi median luoman käsityksen hauskaista päihteiden käytöstä olevan syy omaan käyttöönsä. 12 prosenttia uskoi muiden käyttävän päihteitä samaisesta syystä. Mainonnan katsotaan yleisesti lisäävän päihteiden käyttöä.

Koulussa nuoret saavat päihdevalistusta, jonka he ovat itse kokeneet olevan riittävä. Vain kaksi prosenttia oli toista mieltä. Neljä prosenttia lapualaisista yhdeksäsluokkalaisista uskoi muiden käyttävän päihteitä, koska valistusta ei ole ollut tarpeeksi tai se ei ole ollut toimivaa. Koulukuraattori Lehtiniemi (2010) uskookin nuorilla olevan paljon tietoa päihdeistä. Hän uskoo nuorten suurimman uhan päihteiden käytölle olevan ystävät, jotka käyttävät päihteitä. Samaa mieltä on myös Sipilä (2010). Parhaaksi koettu päihde-ehkäisystrategia on nimeltään Strengthening the Families Programme-ohjelma, joka huomioi lasten lisäksi heidän vanhempansa. Lehtiniemi (2010) uskoo ohjelman olevan hyvä, mutta epäilee sen toimivuutta käytännössä, sillä monen alkoholia liikaa käyttävän nuoren vanhemmat eivät todennäköisesti lähtisi projektiin mukaan. Sipilä (2010) on samaa mieltä. Hänen mielestään nuorten aikaisemmin aloitettu päihteiden käyttö on ongelma, joka pitäisi huomioida, ja ehkäisevää päihdetyötä tulisi olla jo ala-asteella, viidennestä luokasta alkaen. Tutkimusten mukaan nuorena aloitettu päihteiden käyttö on yhteydessä aikuisiän päihdeongelmiin, joten ehkäisy on todella tärkeää.

Koko perheen kaupunkina itsenään markkinoiva Lapua on mukana nuorten kehityksessä. Keskusteluapua nuori saa opettajien lisäksi terveydenhoitajalta, koulukuraattorilta ja koulupsykologilta. Lisäksi Lapuan kaupungin nuorisotiloissa ovat nuorisotyöntekijät nuorten käytettävissä. Seurakunnat osallistuvat osaltaan nuorten vapaa-ajanviettotarjontaan tarjoten myös keskusteluapua. Nuoruudessa tapahtuu

merkittäviä muutoksia kehossa ja ajattelussa. Nuori kokeekin tunteet usein todella voimakkaina ja kaipaa keskustelukumppania. Ystävät tulevat nuoruudessa tärkeämmiksi, mutta nuori kaipaa silti vanhempien olevan läsnä nuoren niin tahtoessa. Neljä viidestä nuoresta kertoi voivansa keskustella ystäviensä kanssa ongelmistaan ja 64 prosenttia kertoi voivansa keskustella vanhempiensa kanssa. Lähes joka kymmenes uskoi voivansa keskustella ongelmista psykologin ja koulukuraattorin kanssa. Nuorisotyöntekijöiden kanssa 7 prosenttia uskoi voivansa keskustella ongelmistaan. Vaikka nuori kapinoi auktoriteetteja vastaan, on hänellä oltava saatavilla keskusteluapua. Nuoret eivät välttämättä tietoisesti mene keskustelemaan ongelmistaan kaupungin työntekijänä toimivan aikuisen kanssa, mutta ongelmat voivat tulla esiin jokapäiväisessä keskustelussa.

Vapaa-ajanviettotavat ovat tärkeä osa nuoren identiteetin kehitystä. Mikäli nuori ei löydä omaa identiteettiään, on hänellä suurempi riski tehdä rikoksia ja käyttää päihteitä. Lapua tarjoaa nuorille runsaasti harrastustoimintaa ja erilaisia harrastusvaihtoehtoja. Nuoret kaipasivat kuitenkin tarjontaan lisäksi moottoriurheilua, lisää itsepuolustuslajeja ja erilaisia tansseja, erityisesti katutansseja. Vaikka pallopelejä kaupungissa on useita tarjolla, ei jokaisessa ikäryhmässä ollut joukkuetta, johon nuori voisi liittyä. Joukkueisiin liittyminen nähtiin myös ongelmallisena, sillä joukkueeseen liittyvän pelaajan täytyi nuorten mielestä olla todella hyvä urheilulajissaan, että saisi edes jonkin verran peliaikaa. Joukkuelajien kilpailullisuus nähtiin ongelmallisena, sillä huonompina pelaajana ei ollut järkeä olla joukkueessa, eikä pelaaminen ollut enää liikunnasta nauttimista vaan kilpailua. Lähes puolet yhdeksäsluokkalaisista olivat myös sitä mieltä, etteivät Simpsiön suunnitelmat tai palloiluhalli vaikuta heidän vapaa-ajanviettoonsa. Reilu kymmenen prosenttia uskoi Simpsiön suunnitelmien kuitenkin vaikuttavaan vapaa-aikaansa ja palloiluhallin kohdalla vastaava luku oli 21 prosenttia. Simpsiön suunnitelmat olivat kuitenkin monelle nuorelle vieraita, mutta palloiluhalli nouseminen keskustan tuntumaan tunnettiin paremmin.

Nuoren päihteiden käytön aloittamiseen vaikuttavat suurilta osin ympäristötekijät, kuten vanhempien ja ystävien suhtautuminen päihteisiin ja päihteiden helppo saatavuus. Nuoret olivat sitä mieltä, että alkoholia on helppo saada alaikäisenäkin, ja että alkoholin helppo saatavuus vaikuttaa nuorten päihteiden käyttöön. Nuoret ha-

luaisivatkin virkavallan kiinnittävän entistä enemmän huomiota kauppojen alkoholin myyntiin ja lisätä rangaistuksia alaikäisille alkoholia myyville liikkeille sekä päih-tyneille alaikäisille. Nuoret uskoivat nuorten omien tilojen, kuten nuorisotalon ja seurakuntien järjestämien nuorten vapaa-ajanviettopaikkojen, aukioloaikojen vai-kuttavan osaltaan nuorten päihteiden käyttöön. Nuoret kertoivat haluavansa lisää rentoa vapaa-ajantoimintaa Lapualle. Nykyisiä nuorisotiloja kritisoitiin muun muas-sa siitä, että joissain tiloissa uskontoa tyrkytettiin liikaa, ja joissain tiloissa kävivät tiettyntyyppiset tai -ikäiset nuoret, eikä joukkoon ollut helppo sopeutua. Nuorille onkin tyypillistä liikkua kaveripiirissä, jossa vallitsevat arvokäsitykset ovat saman-laiset kaikilla. On helppoa, vaikkakin hieman ennakkoluuloista, jaotella kaveriporu-kat tiettyjen ominaisuuksien mukaan. Nuori etsii itseään ja identiteettiään, ja hänel-le arvot ovat tärkeässä asemassa. Arvot liittyvät usein myös ystävyys-suhteiden syntyyn ja ylläpitoon.

9 POHDINTA

Päihteiden käyttö on erityisen huolestuttavaa nuorten kohdalla. Koska nuoruuteen kuuluvat erilaiset kokeilut ja kapinointi, voidaan nuorten päihdekokeiluja pitää normaaleina. Käyttöä ei kuitenkaan tulisi hyväksyä missään tapauksessa. Nuorelle tärkeän roolimallin päihteidenkin osalta tarjoavat vanhemmat. Ystävillä on huomattavan suuri vaikutus nuoren käyttäytymiseen. Vaikka ystävät eivät suoranaisesti painosta nuorta käyttämään alkoholia tai muita päihteitä, on nuoren vaikea tuntea kuuluvansa porukkaan, jos hän on erilainen kuin muut. Nuoren elämään kuuluu lähipiiriin lisäksi paljon muita aikuisia, jotka antavat osaltaan esimerkkiä nuorelle erilaisissa tilanteissa. Myös osa sosiaalialan ammattilaisista työskentelee läheisesti ja roolimallina toimien nuorten kanssa, mutta huonoa esimerkkiä voi antaa jokainen. Alaikäiselle alkoholin hakeminen on paitsi laissa ehdottomasti kiellettyä, myös huonoa esimerkkiä ja päihteiden käytön hyväksyntää antavaa. Vaikka alkoholin myyntiä valvotaan hyvin, olisi syytä kohdistaa päihdevalistusta enemmän myös aikuisille.

Ehkäisevässä päihdetyössä tulisi huomioida nuori kokonaisvaltaisesti nähden hänen yksilölliset piirteensä sekä ennaltaehkäisyn useat ulottuvuudet. Nuoren tulee tietää päihteistä paljon faktatietoa, mutta asenteen muuttaminen ja rohkeus sanoa ”ei” päihteille ovat myös avainasemassa. Ennaltaehkäisevää päihdetyötä tekevien tulisi tunnistaa päihdeongelmien riskitekijät sekä tarpeen tullen puuttua nuoren ongelmiin. Koulussa toimivien ammattilaisten tulisi tehdä yhteistyötä keskenään sekä mahdollisten vapaaehtoisten toimijoiden kanssa saadakseen valistuksen toimivaksi. Moniammatillisuutta tulisi hyödyntää ennaltaehkäisevässä päihdetyössä. Perheitä, joita päihdeongelmat eniten koskettavat, eivät luultavasti ole itse vapaaehtoisesti suostuvaisia osallistumaan ehkäisevään päihdekasvatukseen. Nuorten asenteita tulisikin yrittää muuttaa koulussa eri menetelmiä hyväksi käyttäen.

Lapualaisten nuorten alkoholin kuukausittainen käyttö on Etelä-Pohjanmaan keskiarvon mukainen, mutta suurempi kuin yleisesti muualla Suomessa. Lapualla on tarjota nuorille paljon tekemistä ja virikkeitä vapaa-ajan viettoon päihteettömästi. Lapuan yläasteen koulukuraattorin mukaa nuorilla on paljon informatiivista tietoa päihteistä. Nuoret saavat päihdevalistusta koulussa ja kokevat sen itse olevan melko hyvää. Lapuan yläasteen koulukuraattori ja Lapuan kaupungin nuorisotoimenjohtaja ovat sitä mieltä, että suurin haaste nuorten päihteiden käytöstä löytyy kaveripiiristä. Sosiaalinen paine on suurin syy nuorten alkoholin käyttöön. Onko tähän asiaan kiinnitetty Lapualla tarpeeksi huomiota päihdevalistusta antaessa tai onko päihdevalistusta ollut riittävästi? Informatiivinen tieto ei yksinään riitä, ja nuorison päihteiden käyttö on huolestuttavaa Lapualla. Tilanteelle tulisi tehdä jotakin. Lapualla esiintyy huumeiden käyttöä, mutta onneksi nuorten keskuudessa huumeita käytetään vähemmän kuin muualla Suomessa. Vaikka tilanne on tällä hetkellä suhteellisen hyvä, ei se ole täydellinen, eikä huumeita koskevaa valistusta pidä unohtaa. Valistuksen täytyisi olla mielenkiintoista, ja esimerkiksi päihdeputki olisi toimiva menetelmä. Se on kuitenkin toteutettava hyvin ja luovuutta käyttäen onnistuakseen. Lapualla on joskus pidetty päihdeputkia, ja ne on katsottu toimiviksi. Uskon, että niitä tulisi tehdä joka vuosi, ja valistus tulisi jollain tasolla aloittaa jo ala-asteella.

Lapualaisilla nuorilla tuntuu eri lähteiden mukaan olevan paljon informatiivista tietoa päihteistä, mikä on erittäin positiivista. Nuoret uskovat muiden ikäistensä käyttävän päihteitä syistä, joista on varmasti keskusteltu oppitunnilla. Itsessään nämä nuoret eivät kuitenkaan usein huomaa samoja syitä päihteiden käyttöön. Suurin osa alkoholia käyttävistä kertoi käyttönsä liittyvän hauskanpitoon. Tämä on varmasti totta, mutta negatiivisia tunteita nuoret omalla kohdallaan liittävät harvemmin käyttöönsä. Myöskään omien vanhempien alkoholin käytöllä ei tunnu nuorten mielestä vaikuttavan heidän käyttöönsä. Medialla ei nuorten mielestä ole vaikutusta heidän päihteiden käyttöönsä. Tutkimukset eivät myöskään syytä mediaa tästä, vaikka medialla on vaikutusta nuoren muuhun elämään. Median vaikutus liittyy enemmän väkivallan tuottamaan pelkoon tai seksuaalisuuden vääristymiseen. Haittavaikutukset voivat olla pahimmillaan todella vakavia, mutta päihteiden käyttöön media ei juuri suoranaisesti liity.

Nuoret lapualaiset löysivät kritiikin aiheita nuorisotiloista, mikä on hyvä asia, sillä ilman kriittistä tarkastelua, ei positiivista muutosta tapahdu. Jokaista nuorta miellyttävää lopputulosta on mahdoton saada aikaiseksi. Nuorisolle tarkoitettuja vapaa-ajan tiloja on Lapualla runsaasti, ja nämä vaikuttavat osaltaan nuorten päihdekäyttäytymiseen. Nuoret ottivat itse esille virkavallan puuttumisen heidän päihteiden käyttöönsä sekä muun yleisen paremman valvonnan. Osa kertoi alkoholin saamisen olevan liian helppoa. Nuorten lähipiirissä on usein joku täysi-ikäinen, joka voi hakea alkoholia nuorille. Toisaalta kaupan kassalla työskentelevä myyjä voi arvioida nuoren iän täysin väärin, mistä on seurauksena alaikäiselle alkoholin myynti. Virkavallalla ei varmastikaan ole resursseja seurata nuorten päihteiden käyttöä kovin tarkkaan. Mielestäni onkin tartuttava paremmin ehkäisevään työhön.

Nuoret ovat kohtuullisen tyytyväisiä Lapuan harrastustarjontaan ja useilla nuorilla harrastuksia riittää, osalla niitä on jopa liikaa. Lähikunnan tarjoavat harvinaisempia harrastusmahdollisuuksia. Nuorten asenteet ovat yhtenä syynä siihen, ettei lähikuntien harrastusmahdollisuuksia käytetä. Nuorten asenteisiin olisi puututtava myös tässä asiassa. Lisäksi osa nuorista haluaisi harrastaa Lapualla jotain tiettyä lajia, mutta joukkueovereiden vuoksi ei kuitenkaan suostu harrastamaan. Vapaa-ajan harrastusten valmentajilla tai muilla johtohenkilöillä olisi syytä tarkastella tilannetta paremmin. Tutkimukseni tulokset viittaavat siihen, etteivät joidenkin harrastusjoukkueiden valmentajat kiinnitä huomiota yksilöön vaan ainoastaan joukkueeseen. Kilpailullisuus urheilussa nostettiin tutkimuksessa esiin. Valitettavasti kilpailullisuus on osa urheilua, jossa pyritään parhaaseen mahdolliseen lopputulokseen. Vaikka ajatus siitä, että kaikki saisivat pelata saman ajan ottelun aikana, on hyvä, ei se kuitenkaan toimi. Tämä on valtakunnallinen ongelma. Näin parhaimpien pelaajien on myös vaikeampi kehittyä huippu-urheilijoiksi.

On mahdotonta määritellä yksityiskohtaisesti millaisesta nuoresta tulee päihteiden ongelmakäyttäjä, mutta on olemassa riskitekijöitä, jotka voivat ennustaa päihteiden käyttöä. Toisaalta on olemassa myös suojaavia tekijöitä, eikä näitä voi sivuttaa miettien ainoastaan riskitekijöitä. Tärkeintä päihdekasvatuksessakin on muistaa nuorten olevan omia erilaisia yksilöitään, joihin on suhtauduttava yksilöllisesti. Tästä huolimatta yleinen, kaikkiin nuoriin kohdistuva valistus on tärkeä valistustapa. Tämä myös takaa sen, että asioita ei ainoastaan kuunnella, vaan niistä voi-

daan keskustella. Keskustelun synnyttämiseen tarvitaan kuitenkin ammattitaitoista ohjaajaa, joka on järjestänyt aikaa ja virikkeitä keskustelua varten.

Koin tutkimuksen itselleni mielenkiintoiseksi ja läheiseksi. Olen kiinnostunut nuori-
so- ja päihdetyöstä. Tutkimus antoi minulle lisäksi tietoa Lapuan nuorten päihteiden käytön nykytilanteesta ja nuorten omasta suhtautumisesta päihteisiin. Sain tutustua tutkimuksen avulla Lapualla toimiviin tärkeisiin sosiaalialan ammattilaisiin. Oman mielenkiintoisen osansa opinnäytetyöhöni toi työhön liittyvä kirjallisuus, josta opin uusia asioita.

LÄHTEET

Ajattelun ja moraalien kehitys. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Mannerheimin lastensuojeluliitto. [Viitattu 4.1.2011]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/ajattelun_ja_moraalin_kehitys/.

Alkoholin käyttö. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Suomen ASH. [Viitattu 21.10.2010]. Saatavana: <http://www.suomenash.fi/fi/alkoholi/alkoholi+suomessa/>.

Anttila ym. 2005. Persoona 2: Kehityspsykologia. 3., uudistettu painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Best, S. 2010. Leisure Studies: Themes & Perspectives. Lontoo: SAGE.

Ehkäisevä päihdetyö. Päivitetty 13.8.2008. [WWW-dokumentti]. Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 6.1.2011]. Saatavana: <http://neuvoaantavat.stakes.fi/FI/kehittaminen/ehkaisevatyo/index.htm>.

Elfving, E. Päivitetty 23.3.2010. Mediakasvatus: Ikärajat suojaavat lasta ja nuorta. [WWW-dokumentti]. Ylivieska: Settinetti Oulun eteläisen nuorisotiedotuskeskus. [Viitattu 6.10.2010]. Saatavana: http://www.settinetti.fi/alltypes.asp?menu_id=709.

Fröjd, S. Kaltiala-Heino, R. Ranta, K. Von der Pahlen, B. & Marttunen 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö: Tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Jyväskylä: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Hakkarainen, P. & Metso, L. 2007. Huumeekysymyksen muuttunut ongelmakuva: Vuoden 2006 huumeekyselyn tulokset. [Verkkojulkaisu]. Stakes. Yhteiskuntapoli-

tiikka 72 (2007): 5. [Viitattu 3.1.2011]. Saatavana: <http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/C750A39A-CAF4-4E4B-9055-BE7224681B7C/0/075hakkarainen.pdf>.

Helve, H. 9.9.2008. Vapaa-ajan viettotavat yhä merkittävämpi vaikuttaja nuoren identiteetin muodostumisessa. [WWW-dokumentti]. Suomen Akatemia. [Viitattu 23.10.2010]. Saatavana: http://www.research.fi/ajankohtaista/nuorten_identiteetti.

Hippi, K. 2007. Projektit päihdevalistuksen peilinä: STM:n ja RAY:n rahoittamien päihdevalistusprojektisuunnitelmien kehitys 1992-2001. Joensuu: Joensuun yliopisto. Yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja.

Huumeriippuvuus 13.7.2006. [WWW-dokumentti]. Helsingin ja Uuden maan sairaanhoitopiiri. [Viitattu 22.10.2010]. Saatavana: <http://www.hus.fi/default.asp?path=1,32,818,1733,1995,1935>.

Ideoita koulujen ja oppilaitosten päihde-ehkäisy-suunnitelmiin. 19.8.2010. [Verkkojulkaisu]. Nuorten Akatemia. [Viitattu 6.1.2011]. Saatavana: www.nuortenakatemia.fi/service.cntum?serviceType...

Jaostot 2010. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Lapuan Virkiä. [Viitattu 26.10.2010]. Saatavana: <http://www.lapuanvirkia.fi/jaostot.htm>.

Kannabiksen käytön terveydelliset ja psyykkiset vaikutukset. Päivitetty 18.4.2010. [WWW-dokumentti]. SKY. [Viitattu 22.10.2010]. Saatavana: <http://www.suomenkannabisyhdistys.org/artikkelit-mainmenu-27/tutkimuksetjaterveys/34-kannabiksen-terveydelliset-ja-psyykkiset-vaikutukset.html>.

Kannabis. 8.4.2010. [WWW-dokumentti]. Päihdelinkki. [Viitattu 4.1.2010]. Saatavana: <http://www.paihdelinkki.fi/pikatieto/?c=Kannabis>.

Kaverisuhteet. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 4.1.2011]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/kaverisuhteet/.

Kiianmaa, K. Hyytiä, P. & Partonen, T. 2007. Alkoholi ja aivot. [Verkkajulkaisu]. Alko Oy. [Viitattu 21.10.2010]. Saatavana: [http://www.alko.fi/fi/5B04F85CBC77D4D0C22572B3004ADE8C/\\$file/Alkoholi_ja_aivot.pdf](http://www.alko.fi/fi/5B04F85CBC77D4D0C22572B3004ADE8C/$file/Alkoholi_ja_aivot.pdf).

Kronqvist, E-L. & Pulkkinen, M-L. 2007. Kehityopsykologia: Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY.

Kuka jää koukuun? Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 4.1.2011]. Saatavana: http://www.mll.fi/nuortennetti/paihteet/huumeet/kuka_jaa_koukuun/.

Kun puhut huumeidenkäytöstä, mistä puhut? 17.2.2006. [WWW-dokumentti]. A-Klinikkasäätiö. [Viitattu 4.1.2011]. Saatavana: <http://www.paihdelinkki.fi/Puheeksi/4-kun-puhut-huumeidenkaytosta-mista-puhut>.

L. 8.12.1994/1143. Alkoholilaki.

L. 30.5.2008/373. Huumausainelaki.

Laitila, K. Huumeet. Ei julkaisuaikaa. Suomen punainen risti. Esite.

Lappalainen-Lehto, R. Romu, M-L. & Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteet: Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Lasten ja nuorten mediamailma pähkinänkuoressa. 2008. [Verkkajulkaisu]. Liikenne- ja viestintäministeriö. [Viitattu 6.10.2010]. Saatavana:

http://www.lvm.fi/c/document_library/get_file?folderId=22170&name=DLFE-4803.pdf&title=Lasten.

Lehtiniemi, E. 2010. Koulukuraattori. Lapuan Kaupunki. Haastattelu 18.10.2010.

Maakuntien väliset erot peruskoulun yläluokkalaisten hyvinvoinnissa: Kouluterveyskysely 2009. 28.8.2009. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 3.1.2011]. Saatavana: <http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/F3CAE991-CEC8-4FE6-B2CA-712820CA40A8/0/maakuntaerot2009pk.pdf>.

Malin, M. Ei päiväystä. Nuoret ja ehkäisevä työ. [WWW-dokumentti]. Sosiaaliportti. [Viitattu 25.10.2010]. Saatavana: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-fi/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/ehkaisevatyo/nuoret/#otsikko6>.

Miettinen, J. Päivitetty 11.1.2010. Päihdekasvatus on oikein toteutettuna toimiva. [WWW-dokumentti]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 6.1.2011]. Saatavana: <http://neuvoo-antavat.stakes.fi/FI/ajankohtaista/arkisto/paihdekasvatus.htm#paihdeputki>.

Muut päättävät, mikä on Suomessa huume. 29.10.2009. [Verkkolehtiartikkeli]. Helsingin Sanomat. [Viitattu 26.10.2010]. Saatavana: <http://www.hs.fi/nyt/artikkeli/Muut+p%C3%A4tt%C3%A4tt%C3%A4v%C3%A4t+mik%C3%A4+on+Suomessa+huume/1135250363897>.

Myllyniemi, S. 2009. Aika vapaalla: Nuorten vapaa-aikatutkimus 2009. Helsinki: Opetusministeriö. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 92. Nuorisoasiain neuvottelukunta, julkaisuja 40.

Niemelä, S. 2009. Nuorten päihdeongelmien ehkäisy ja hoito. Teoksessa: T. Tammi, M. Aalto & A. Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Helsinki: Edita Publishing, 49–73.

Nurmiranta, H. Leppämäki, P. & Horppu, S. 2009. Kehityopsykologiaa lapsesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 25.8.2010]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/.

Peruskoulun yläluokkalaisten ja lukiolaisten hyvinvointi 2000/2001-2008/2009: Kouluterveyskysely 2009. 5.1.2010. [Verkkajulkaisu]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 3.1.2011]. Saatavana: http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/DC2944EE-0D93-49AB-BA6E-EB07CECB21AF/0/kokomaa_yhdistetty_2009.pdf.

Poikolainen, K. Päivitetty 14.10.2009. 233 Alkoholin terveyshaitat. [WWW-dokumentti]. Alkoholitutkimussäätiö. [Viitattu 21.10.2010]. Saatavana: <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/233-alkoholin-terveyshaitat>.

Pylkkänen, S. Viitanen, R. & Vuohelainen, E. 2009. Mitä on nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö? Laadukkaan päihdekasvatuksen tukimateriaali. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. Humanistinen ammattikorkeakoulu sarja C. Oppimateriaaleja.

Päihdetiedon lukutaito. Päivitetty 10.10.2006. [WWW-dokumentti]. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 6.1.2011]. Saatavana: <http://neuvoaantavat.stakes.fi/FI/kehittaminen/laatu/lukutaito.htm>.

Saarniaho, R. 2005. Lapsen kognitiivinen kehitys. [WWW-dokumentti]. Internetix opinnot. [Viitattu 24.8.2010]. Saatavana: http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/02_lapsen_kognitiivinenkehitys?C:D=gjsZ.eyaU&m:selres=gjsZ.eyaU.

Salokoski, T. Mustonen, A. & Kotilainen, S. 2009. Median vaikutukset lapsiin ja nuoriin – katsaus tutkimuksiin sekä kansainvälisiin mediakasvatukseen ja –sääntelyn käytäntöihin. [WWW-dokumentti]. Mediakasvatusseura. [Viitattu 27.10.2010]. Saatavana: <http://www.mediakasvatus.fi/seura/node/63>.

Seksuaalinen kehitys. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 13.9.2010]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/seksuaalinen_kehitys/.

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY.

Sipilä, M. 2010. Nuorisotoimenjohtaja. Lapuan Kaupunki. Haastattelu 25.10.2010.

Thuneberg, M. Päivitetty 14.12.2010. [WWW-dokumentti]. Mitä Välii? –tutkimus. [Viitattu 4.1.2011.] Saatavana: <http://www.tat.fi/Tutkimukset/Mitae-vaelii-tutkimus>.

Tietopankki. Ei päiväystä. [WWW-dokumentti]. [Viitattu 30.8.2010]. Saatavana: <http://www.paihdelinkki.fi/tietopankki>.

Tilastotietoja Lapuan kaupungista 2010. 2010. [Verkkojulkaisu]. Lapuan kaupunki. [Viitattu 28.9.2010]. Saatavana: <http://www.lapua.fi/files/Tiedostot/lapuatilastotietoa2010net.pdf>.

Uimonen, R. 2009. Median mahti: Kuinka journalistit käyttävät valtaa ja pakottavan maan mahtavia eroamaan. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Vilkko-Riihelä, A. & Laine V. 2005. Mielen maailma: 2| Kehityopsykologia. 1.-4. painos. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

LIITTEET

Liite 1: Tutkimuslomake 1(7)

TUTKIMUSLOMAKE

Tämä on Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikön opinnäytetyönä tehty tutkimus liittyen lapualaisiin nuoriin sekä heidän päihteidenkäyttöön-
sä ja vapaa-ajanviettoonsa. Tarkoituksena on selvittää, tarjoaako Lapuan kaupunki riittävästi harrastusmahdollisuuksia sekä muuta apua kasvavalle nuorelle. Lisäksi tavoitteena on kartoittaa nuorten asenteita päihteisiin ja päihdevalistukseen. Sinulla on siis mahdollisuus vaikuttaa. Vastaa siis rehellisesti!

Lomakkeet käsitellään nimettömästi. **Älä kirjoita nimeäsi lomakkeeseen!** Tutkimustulosten kirjattua lomakkeet tuhotaan. Voit siis vastata rehellisesti ilman, että kukaan ulkopuolinen saa selville vastauksesi. Kukaan ei myöskään tule tietämään, mitä juuri sinä olet vastannut.

TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli?

2(7)

- a) tyttö b) poika

2. Ikä vuosina?

_____ vuotta

3. Asuinalue?

- a) keskusta/lähiöseutu b) maaseutu

PÄIHTEIDENKÄYTTÖ

4. Käytätkö alkoholia?

- a) en käytä b) olen kokeillut c) silloin tällöin
d) kuukausittain e) viikoittain

5. Käytätkö lääkkeitä päihtymistarkoitukseen?

- a) en käytä b) olen kokeillut c) silloin tällöin
d) kuukausittain e) viikoittain

6. Käytätkö huumeita?

- a) en käytä b) olen kokeillut c) silloin tällöin
d) kuukausittain e) viikoittain

7. Miksi käytät päihteitä (mikäli et käytä päihteitä, siirry seuraavaan kysymykseen)? Valitse niin monta vaihtoehtoa kuin on tarpeen.
- a) ei ole parempaa tekemistä
 - b) hauskanpidon vuoksi
 - c) kaverisuhteita solmiakseni
 - d) kaverit painostavat
 - e) haluan olla kuten muutkin nuoret
 - f) stressin purkamiseen
 - g) koska vanhempanikin käyttävät päihteitä
 - h) perheen ongelmien vuoksi
 - i) muiden henkilökohtaisten ongelmieni vuoksi
 - j) sillä en saa tarvitsemaani keskusteluapua
 - k) päihteet helpottavat huonoa oloani/masennustani
 - l) media (lehdet, televisio, radio) antaa käsityksen, että päihteidenkäyttö on mukavaa
 - m) koulussa ei ole annettu riittävästi päihdevalistusta
 - n) koulun päihdevalistus ei ole ollut toimivaa
 - o) muusta syystä, miksi?

8. Miksi uskot ikäistesi käyttävän päihteitä? Valitse niin monta vaihtoehtoa kuin on tarpeen.
- a) ei ole parempaa tekemistä
 - b) hauskanpidon vuoksi
 - c) kaverisuhteita solmiakseen
 - d) muiden painostuksen vuoksi
 - e) haluavat olla kuten muutkin nuoret
 - f) stressiä purkaakseen
 - g) vanhempiensa päihteidenkäytön vuoksi
 - h) perheen ongelmien vuoksi
 - i) muiden henkilökohtaisten ongelmien vuoksi
 - j) sillä he eivät saa tarpeeksi keskusteluapua
 - k) päihteet helpottavat heidän huonoa oloaan/masennustaan
 - l) media (lehdet, televisio, radio) antaa käsityksen, että päihteidenkäyttö on mukavaa
 - m) koulussa ei ole annettu riittävästi päihdevalistusta
 - n) koulun päihdevalistus ei ole ollut toimivaa
 - o) muusta syystä, miksi?

4(7)

9. Millaisia keinoja mielestäsi pitäisi käyttää, että lapualaisten nuorten päihteiden käyttö vähentyisi?

10. Millaista päihdevalistusta toivoisit koulussa järjestettävän?

KESKUSTELUAPU

11. Jos sinulla on ongelmia, joista haluat keskustella, kenen kanssa voit puhua?

- a) ystävien
- b) vanhempiesi/huoltajiesi
- c) koulukuraattorin
- d) psykologin
- e) opettajasi
- f) nuorisotyöntekijöiden
- g) muiden, kenen kanssa?

12. Jos sinulla on päihteisiin liittyviä tai muita ongelmia, huomioidaanko hyvinvointiasi koulussa tarpeeksi hyvin?

- a) kyllä
- b) ei
- c) en osaa sanoa

5(7)

13. Pääsetkö keskustelemaan koulukuraattorin tai –psykologin kanssa tarpeeksi usein?

- a) kyllä b) en c) en osaa sanoa

14. Onko perheessäsi ongelmia, joihin kaipaavat apua?

- a) ei (siirry kysymykseen 16) b) kyllä

15. Oletko puhunut perheen ongelmista jollekin aikuiselle?

- a) kyllä, kenelle _____ b) en

16. Onko sinulla riittävästi ystäviä?

- a) kyllä b) ei ole c) en osaa sanoa

17. Voitko puhua ystävillesi kaikista mahdollisista ongelmistasi?

- a) kyllä b) en c) en osaa sanoa

VAPAA-AIKA

18. Missä vietät mieluiten vapaa-aikaasi?

- a) kotona b) harrastusten parissa c) kavereiden luona
d) keskustassa hengaillessa e) nuorisotalolla tai muissa nuorisotiloissa

19. Pystytkö harrastamaan Lapualla haluamiasi harrastuksia?

6(7)

a) kyllä

b) en, miksi?

20. Lapualla en saa harrastaa riittävästi (valitse niin monta vaihtoehtoa kuin on tarpeen):

- a) yleisurheilu
- b) palloilupelit
- c) tanssi
- d) itsepuolustuslajit
- e) moottoriurheilu
- f) musiikki
- g) kädentaidot
- h) ilmaisutaito/näyttämötaide
- i) vieraiden kielten opiskelu
- j) erilaiset kerhotoiminnat

21. Mitä erityisesti haluaisit harrastaa Lapualla, vaikka se tällä hetkellä on mahdollonta?

22. Tarjoavatko lähikunnat harrastusmahdollisuuksia, joita et voi Lapualla harrastaa?

a) kyllä, käytän niitä hyödykseni

b) kyllä, mutta en halua käyttää niitä

c) kyllä, mutten voi käyttää niitä

d) eivät tarjoa

e) en osaa sanoa

7(7)

23. Vaikuttavatko Simpsiön ("Aktiviteetti-Simpsiö" & "Luonto-Simpsiö") suunnitelmat (esim. kylpylähotelli, mökkikylät, erilaiset luontopolut) vapaa-ajanviettoosi?

a) kyllä b) ehkä c) ei

24. Vaikuttaako tuleva palloiluhalli vapaa-ajanviettoosi?

a) kyllä b) ehkä c) ei

25. Haluaisitko tutustua paremmin muihin ikäisiisi lapualaisiin ilman päihteitä?

a) kyllä b) en

26. Tulisiko Lapualla olla enemmän nuorille suunnattua päihteetöntä toimintaa?

a) kyllä b) ei

27. Mitä muuta haluaisit sanoa liittyen nuorten päihteidenkäyttöön tai vapaa-ajanviettomahdollisuuksiin Lapualla?

KIITOS VASTAUKSISTASI!